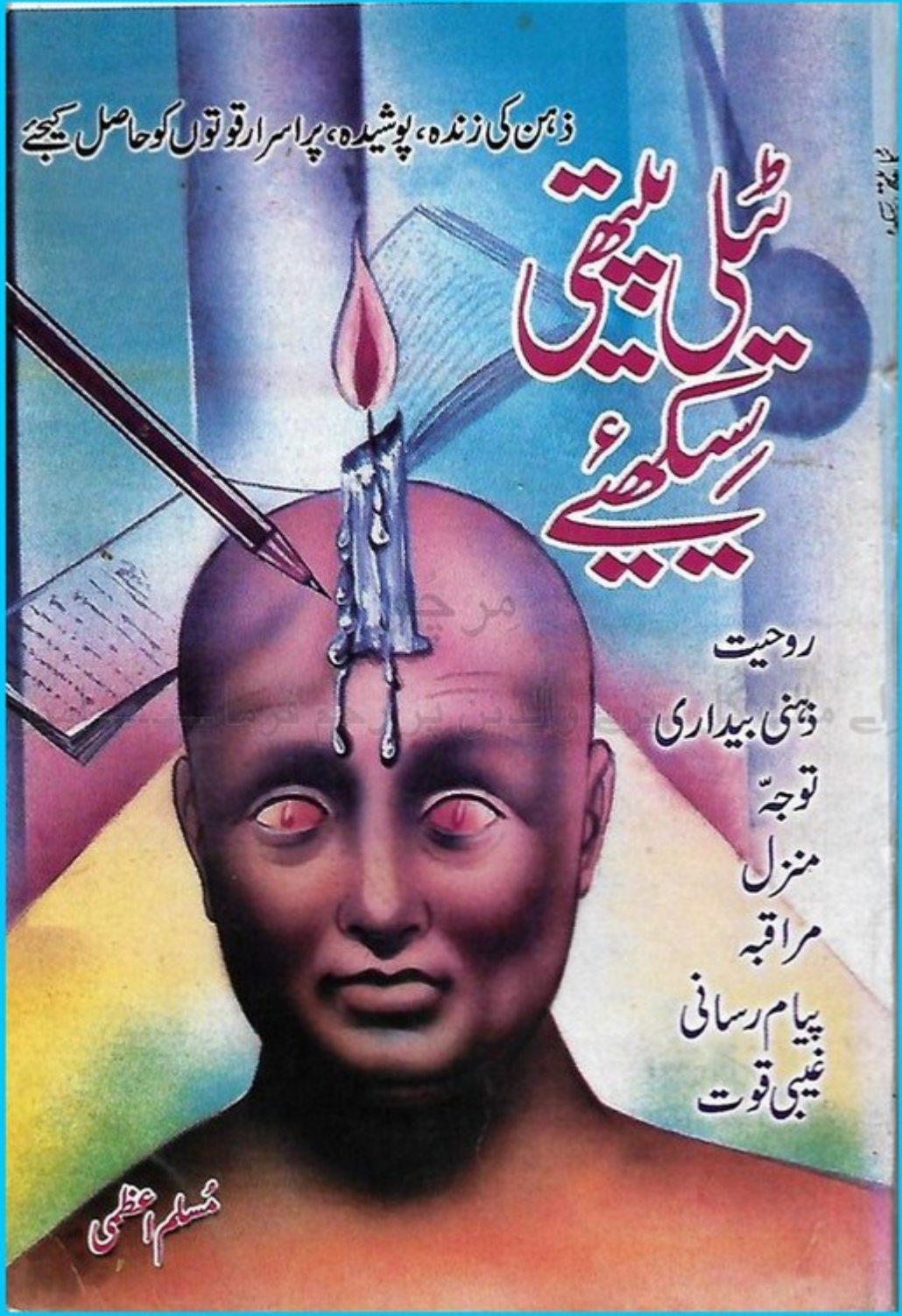
ذہن کی زندہ، پوشیدہ، پراسرار قوتوں کو حاصل کیجئے

ٹیلی پیتھی سیکھیے



روحیت

ذہنی بیداری

توجّہ

منزل

مراقبہ

پیام رسانی

غیبی قوت

مُسلم اعظمی

LEARN TELEPETHY

مرچُو
اِے مالِك كُل میرے والدین پر رحم فرما ـــــــ آمین

دوسروں کے حلوں میں پوشیدہ راز افشاں کرنے والا علم

ٹیلی پیتھی سیکھیے

مرتبہ:- مسلم اعظم

شمع بک ایجنسی
نوید اسکوائر
نیو اردو بازار
کراچی
PH:2773302

LEARN
TELEPATHY
مرچو
اے مالکِ کُل میرے والدین پر رحم فرما

کتاب کا نام _____ ٹیلی پیتھی سیکھئے

مرتبہ مؤلفہ _____ مسلم اعظم

ناشر _____ شمع بک ایجنسی

مطبع _____ گلزار پریس ناظم آباد ۲

بار اوّل _____

قیمت _____ [redacted]

سٹاکسٹ صابری دارالکتب اردو بازار لاہور قذافی مارکیٹ

Phone : 320310

فہرست

نمبر شمار	مضامین	صفحہ نمبر
۱	ذاتی صفحہ	۷
۲	ٹیلی پیتھی اور خود اعتمادی	۱۱
۳	ٹیلی پیتھی کی مختصر تاریخ	۱۵
۴	ٹیلی پیتھی ایک بامقصد علم ہے	۱۸
۵	سائنسداں	۲۰
۶	فی سو چ۔ جدید طریقے	۲۳
۷	بدلتے ذہنی رجحان	۲۸
۸	ماورائے حواس	۳۲
۹	شمع بینی	۳۷
۱۰	شمع بینی کیسے کریں	۳۸
۱۱	تحت الشعور کیا ہے	۴۲
۱۲	ضمیر	۴۹
۱۳	قوت حواس	۵۳
۱۴	چھٹی حس	۵۶
۱۵	حرارتِ پیما حس	۵۷
۱۶	وزنِ حس	۵۸
۱۷	توازنِ حس	۵۹
۱۸	قربتِ ایں حس، عضلاتی حس	۶۰

نمبر شمار	مضامین	صفحہ نمبر
۱۹	انسانی جبلت کیا ہے ؟	۶۱
۲۰	اَنا	۶۳
۲۱	اشرف المخلوقات	۶۶
۲۲	تہذیبِ نفس	۸۲
۲۳	کیا مجھ میں یہ قوت ہے	۸۸
۲۴	روحیت کیا ہے	۹۵
۲۵	انسان اور نفسِ امّارہ	۱۰۰
۲۶	کیا آپ علم روحیت کی بالیدگی چاہتے ہیں	۱۱۵
۲۷	غیبی طاقت	۱۲۸
۲۸	انتقالِ افکار	۱۳۲
۲۹	مشقیں	۱۳۷
۳۰	کھانے پینے میں رکھیں	۱۳۸
۳۱	اپنے عضلات کو پُرسکون رکھیے	۱۴۰
۳۲	آنکھیں کیا کہتی ہیں	۱۴۶
۳۳	شمع بینی مستقبل بینی	۱۵۱
۳۴	اپنی شخصیت کو نکھاریئے	۱۵۷
۳۵	مشق کس طرح کی جائے	۱۶۰
۳۶	منزلِ روحیت ۔	۱۶۴

ذہنی صفحہ

انسان کیا نہیں کر سکتا ——— ؟

ناممکن کا لفظ انسانی اصطلاح میں نہیں۔ یہ لفظ ان لوگوں کا ترکہ ہے جو کاہل، سُست الوجود، بزدل، خود اعتمادی سے محروم، کند ذہن جو آبِ حیات کی تمنا لئے بیٹھے ہوں۔ زنگ و تاثیر سے ناواقف اپنی پوشیدہ قوتوں سے نابلد ——— "

"ٹیلی پیتھی" ——— ایک ایسا علم ہے جو عمل کے دائرے میں ہو تو ناممکن کو ممکن سے موجزن کر دیتا ہے۔ ذہنی قوتِ پرواز اس بلندی سے ہم آہنگ ہوتی ہے، جہاں علم و عقل کا ادراک لوگوں کو سحر زدہ کر دیتا ہے۔

انسان کے ذہن، اس کی قوتِ پرواز نے کیسی کیسی کرشمہ گری کے مظاہرے کئے کہ کل تک جو خیالات، تصوّرات پر جادو کا گمان حاوی تھا آج وہ اس دنیا کے لئے کھلونوں کی حیثیت رکھتے ہیں۔ ان عظیم فنکاروں کی سوچ و فکر کی ہیئت کو دیوانے کا خواب سمجھا جاتا تھا ——— "

آج وہ خواب حقیقت کے جامے میں شرمندۂ تعبیر ہیں۔ یہ نہیں کہ انسانی ذہنی قوت سے پرواز کا سفر اختتام پذیر ہوگیا ہے یا کائنات کا ارتقائی نظام رک گیا ہے۔ ——— ابھی تو نہ جانے کیسے کیسے کرشمے ان ذہنوں نے ایجاد کرنے ہیں۔ ———

کائنات میں جو خلائق اللہ تعالیٰ نے پیدا کی ہیں اور جتنے بھی اجسام اس میں پائے جاتے ہیں ان میں سب سے زیادہ پیچیدہ جسمہ انسان کا ہے، یہ تین اجزاء پر مشتمل ہے اور ان تینوں میں ایک خاص توازن پایا جاتا ہے یہ اجزاء ہیں جسم، ذہن اور جذبات ——— ان تینوں اجزاء میں ذہن کو سپر پاور کی حیثیت حاصل ہے، اس کے بغیر جسم کا کوئی حصہ اپنے مقصدیت کی تکمیل کرنے سے معذور ہے۔ ذہن کے فیل واقع ہونے سے جسم کی حیثیت ایک کباڑ کی سی رہ جاتی ہے پھر آپ اسے کہیں بھی پھینک دیں۔ جہاں چاہیں اس ملبہ کو ڈال دیں، سڑک پر، اسپتال میں یا پاگل خانے میں۔ آپ کو اپنی اس سپر پاور کی قوت کا اندازہ نہیں۔ یہ بات آپ ہی پر منحصر نہیں، ذہن کی طبیعاتی قوت کا اندازہ صحیح طور پر سائنسدانوں کو بھی نہیں۔

ٹیلی پیتھی ——— علم روحیت کے ایک طلسم کا نام ہے، جسے انگریزی اصطلاح میں کنٹرول ٹیلی پیتھی کہتے ہیں آپ اس طلسم سے وہ کام انجام دے سکتے ہیں جس پر جادوگری کا گمان ہوتا ہے، دیگر علوم کی طرح یہ بھی علم ہے۔ اس علم کی دسترس سے آپ دوسروں

کے دلوں میں پوشیدہ رازوں سے واقف ہو سکتے ہیں۔ یہ آپ کے ذہن کا وہ باقی نظام کا علم ہے، جس کی ان دیکھی لہروں سے آپ اپنے مقصد کی تکمیل کر سکتے ہیں لیکن مقصد کی تکمیل اس وقت ہی ممکن ہے جب آپ کی اس علم پر عملی دسترس مضبوط ہو۔ یہ علم نہ تو نیا ہے اور نہ ہی اسکی قدامت کا اندازہ ہی لگایا جا سکتا ہے ———

مختلف ادوار میں اسے مختلف ناموں سے علم روحیت کے عالموں نے افادیت بخشی ہے یہ علم صدیوں سے محو سفر ہے اور ہمسفروں نے ہمیشہ اس علم کو مخفی رکھنے کی کوشش کی۔ یہی وجہ رہی کہ عام حضرات پر اس کی تجلیاں آشکار نہ ہو پائیں۔ لیکن آج آپ کو کتب خانوں میں علم روحیت پر سینکڑوں کتابیں نظر آئیں گی۔ جس سے لوگ استفادہ حاصل کر رہے ہیں ———

ٹیلی پیتھی ——— علم روحیت کا ہی ایک نام ہے، اس کتاب میں اس علم کے بارے میں تفصیل سے آگاہی دینے کی سعی کی ہے اور آسان مشقوں سے ٹیلی پیتھی کا طالب علم بننے کے طریقے بتائے گئے ہیں۔ لیکن اس علم کو حاصل کرنے میں جلد بازی ہرگز مت کیجئے۔ ورنہ آپ کچھ بھی پا سکیں گے۔

زیر قلم

مرچو
اے مالکِ کُل میرے والدین

ٹیلی پیتھی اور خود اعتمادی

یہ بات ٹیلی پیتھی پر ہی منحصر نہیں۔ آپ نے اگر اس دنیا میں ترقی کرنی ہے اور کسی اعلیٰ مقام کی خواہش ہے تو آپ میں خود اعتمادی وافر ہونی چاہیئے جس شخص میں خود اعتمادی کا فقدان ہو گا۔ وہ کسی بھی کام کو صحیح طور پر انجام دینے سے قاصر رہے گا۔ آپ کسی بھی ایک مقام، ایک نقطے پر جم کر اپنے منصوبے کی تکمیل میں معذور رہیں گے۔

ٹیلی پیتھی کے علم سے آگاہی حاصل کرنے کے لئے آپ کا مضبوط خود اعتمادی کا مالک ہونا ضروری ہے۔ اگر آپ کسی کام کو شروع تو بے حد ذوق و شوق سے کرتے ہیں۔ اس لمحے آپ میں جوش و خروش کی کمی نہیں ہوتی، لیکن چند ہی دنوں میں آپ اس کام کی یکسانیت سے اکتاہٹ محسوس کرنے لگتے ہیں اور اس کام کو ادھورا چھوڑ کر دوسرے کام

کے بارے میں منصوبے بنانے لگتے ہیں۔ یہی بات ظاہر کرتی ہے کہ آپ میں قوتِ ارادی کا فقدان ہے۔ اگر آپ میں یہ برائی ہے تو آپ ٹیلی پیتھی سیکھنے کا خیال ذہن سے نکال دیجئے۔ کیونکہ یہ علم کیسوئی چاہتا ہے۔ اپنے ذہن کی تمام مقناطیسی شعاؤں کو ایک مرکز پر مجتمع کر کے اس کی برقی مدد سے کام لیں اور اس وقت ہی ممکن ہے۔ جب آپ میں خود اعتمادی بھرپور ہو۔ اگر آپ میں اس قوت کا فقدان ہے تو آپ اسے قوی بنائیے۔

یہ صفت ایک ایسی قوت ہے جو کمزور انسان کو مضبوط اور پُرزور بنا دیتا ہے اگر آپ میں قوتِ ارادی قوی ہے تو آپ کا عظیم شخصیت بننے کا دعویٰ اور کوشش دونوں کو تسلیم کیا جا سکتا۔ ورنہ آپ کا ارادہ کوشش سب کچھ بیکار ہے۔ ماسوائے پانی کے بلبلے کے اور کچھ نہیں۔ قوتِ ارادی انسان کی وہ قوت ہے جو انسان کو فرش سے اٹھا کر عرش تک پہنچنے میں حوصلہ عطا کرتی ہے۔

اندلس کی فتح قوتِ ارادی کی وہ مثال ہے جو بہت کم تاریخ کے صفحات پر نظر آتی ہے۔ کم و بیش سات سو سال مسلمانوں کی اس خطہ پر حکومت رہی۔ طارق بن زیاد جب بندرگاہ پہنچا تو اسے اطلاع ملی کہ ایک جمِ غفیر لشکر ان سے جنگ کے لئے منتظر ہے۔ جبکہ یہ تعداد میں ان کے مقابلے میں پانچ فیصد بھی نہیں تھے۔

طارق بن زیاد نے حکم دیا کہ جن کشتیوں میں سوار ہو کر آئے ہیں، ان سب کو جلا دیا جائے، اس کے بعد اس نے اپنے ساتھیوں سے خطاب

کرتے ہوئے کہا۔ اب تمہارے آگے وہ فوج ہے جس کی تعداد تم سے کئی گنا زیادہ ہے اور پیچھے سمندر۔ جو تم کو پناہ نہیں دے سکتا۔ اب صرف ایک ہی صورت ہے۔ مارو یا مر جاؤ۔ کیونکہ تمہارے آگے بھی موت ہے اور پیچھے بھی۔

لیکن سمندر کی نسبت تم اگر کوشش کرو تو اس فوج سے اپنی زندگی بچا سکتے ہو اور مجھے یقین ہے فتح ہماری ہو گی۔

ساتھیو! آگے بڑھو، فتح ہمارے استقبال کی منتظر ہے۔ یہ تھا قوتِ ارادی کا بے مثال مظاہرہ، چند سو مجاہدوں نے ایک جمِ غفیر لشکر کو شکستِ فاش دی اور سات سو سال تک اس خطہ پر اپنی حکمرانی کا سکہ جمائے رکھا۔

محمود غزنوی کی قوتِ ارادی سے کیسے انحراف کیا جا سکتا ہے۔ اُسے یقین تھا ایک دن وہ سومنات کو ضرور فتح کرے گا۔ اس نے مسلسل وقت کے سفر کے ساتھ ساتھ اپنی قوتِ ارادی کو کبھی کمزور نہیں ہونے دیا۔ آخر سترہ حملوں کے بعد اس نے سومنات کو فتح کر ہی لیا۔

آپ کو ایسی تاریخ کے صفحات پر بے شمار مثالیں ملیں گی جو صرف قوتِ ارادی کی مرہون اِن صفحات کی زینت بنیں۔ میں مضمون کو طول دینا نہیں چاہتا کیونکہ مقصدیت اوّل ہے۔

اگر آپ کسی کام کو پائے تکمیل تک پہنچانا چاہتے ہیں تو اپنی قوتِ ارادی پر یقین کرنا ہو گا۔ آپ اس قوت کے ذریعہ مقصد کی تکمیل کر سکتے

ہیں۔ جس کے لئے آپ سوشل ہیں۔ "ٹیلی پیتھی" کے لئے یہ لازم ہے کہ آپ
اپنی قوتِ ارادی بڑھائیں۔ اسے مضبوط رکھیں اور اسے اپنا آلہ کار بنا کر آگے
قدم بڑھائیں۔ کمزور قوت کے مالک زبانی خرچ تو بہت کرتے ہیں، لیکن
عملی طور پر بالکل ناکارہ رہتے ہیں۔

یہی وجہ ہے کہ آپ نے بہت سے ایسے افراد دیکھے ہوں گے جو
دنیا کی تمام آسائشیں میسر ہے ہر سہولت درکار ہے، لیکن وہ اس کے
سوا زندگی میں ناکام نظر آتے ہیں جبکہ وہ لوگ جن کے پاس نہ آسائش ہیں
نہ ہی ان کے مقصد کی تکمیل کے لئے سہولت، لیکن وہ اپنی قوتِ ارادی
سے وہ مقام حاصل کر لیتے ہیں جس کا صرف انسان تصور ہی کر سکتا ہے
آپ کا شمار بھی ان عظیم شخصیتوں میں ہو سکتا ہے صرف قوتِ ارادی
کی ضرورت ہے۔

ٹیلی پیتھی کی مختصر تاریخ

جیسا کہ ہم آپ کو پہلے بتا چکے ہیں، ٹیلی پیتھی، علمِ روحیت کی اصطلاح
ہے۔ یہ دو الفاظ کا مرکب اپنے وجود میں بے پناہ اسرار سمیٹے ہے۔

"ٹیلی پیتھی ——" یہ جملہ اس وقت ادا کیا جاتا ہے۔ جب ایک
عام انسان کے ذہن میں اس کی روزمرہ کی سوچ سے ہٹ کر کوئی بات
رونما ہو۔ لیکن عموماً لوگ اس لفظ کا استعمال غلط کرتے ہیں۔ اس لئے آیئے
اس اصطلاح "ٹیلی پیتھی" کی تعریف متعین کریں۔ بقول ڈاکٹر جانسن کسی
اصطلاح کی تعریف کرنے سے انسان بہت سی غیر ضروری بحث و
مباحثہ سے بچ رہتا ہے۔

یہ لفظ دی سوسائٹی فار فزیکل ریسرچ کے ابتدائی زمانے میں متعارف
ہوا۔ یہ سوسائٹی وکٹوریہ عہد میں ان عجیب و غریب واقعات کے مطالعے

کے لئے بنائی گئی تھی، جنہیں آج کل عموماً "سپر نارمل مظاہر" کے نام سے پکارتے ہیں۔ اس سوسائٹی کے بانیوں میں پروفیسر سیجوک، ایف۔ ایچ۔ ڈبلیو مائیرز۔ فرینک پوڈمور کے نام قابلِ ذکر ہیں۔ مائیرز ایک کلاسیکل اسکالر اور مشہور شاعر تھا۔

ٹیلی پیتھی ——— کا لفظ اسی شاعر کی ایجاد ہے۔ یہ لفظ دو یونانی لفظوں سے مل کر بنا ہے۔ جس کا مطلب ہے "فاصلے سے محسوس کرنا" یہ اصطلاح "سپر نارمل" سرگرم لوگوں کے ان تمام واقعات کا احاطہ کرنے کے لئے وضع کی گئی تھی جس میں افراد کے درمیان فاصلے سے کسی طرح کا کوئی عمل انجام پاتا تھا۔ خود اپنے الفاظ میں اس اصطلاح کا مقصد ایک ذہن سے دوسرے ذہن تک کسی قسم کے تاثرات کے ابلاغ کا احاطہ کرنا تھا۔ جو حواس کے مسلمہ ذرائع سے ہٹ کر ہو۔

یہ تعریف بیشتر سپر نارمل مظاہر کا احاطہ کرتی ہے لیکن ٹیلی پیتھی کے اس عمل اور ردِ عمل کے لئے (جب یہ شعوری طور پر کیا جائے) انہوں نے اور سوسائٹی کے دیگر ممبران نے مزید ایک اصطلاح وضع کی تھی۔ اور یہ اصطلاح تھی "خیالات کی منتقلی" ہم اپنی آسانی کے پیشِ نظر اب ٹیلی پیتھی کی اصطلاح کو ان ہی وسیع تر معانی یعنی خیالات کی منتقلی کے لئے استعمال کریں گے۔ جیسا کہ ہم آگے چل کر وضاحت کریں گے کہ اس کے مخصوص پہلو بھی ہیں۔ لیکن فی الحال ہم ٹیلی پیتھی کی اصطلاح کو خیالات محسوسات، خواہشات اور شاید دوسری چیزوں کی بھی شعوری اور

لاشعوری منتقلی کے لئے استعمال کریں گے۔

ٹیلی پیتھی کوئی جدید علم نہیں، جیسا کہ اس سے قبل ہم عرض کر چکے ہیں یہ قدیم ترین علم ہے لیکن ہر ادوار میں اس کے ماہر اسے مختلف ناموں سے پکارتے رہے ہیں۔ لیکن آج ہم "علمِ روحیت" کو ٹیلی پیتھی کی اصطلاح میں جانتے ہیں۔ ہمارے اس مختصر عرصہ میں جن حضرات نے اس علم کو وسعت دی اسے پھیلانے میں جہد کا سلسلہ جاری رکھا وہ ایک سوسائٹی کی شکل میں آج بھی ہمارے سامنے موجود ہے۔

جب ایس پی آر "سوسائٹی فار فزیکل ریسرچ" قائم کی گئی تھی۔ اس نے ٹیلی پیتھی اور خیالات کی منتقلی کے مظاہر کے بارے میں تحقیق دو مختلف زاویوں سے کی تھی۔ انہوں نے ٹیلی پیتھی کے خود رو مظاہر کے کیس سے جمع کئے اور ان کا بڑی احتیاط کے ساتھ جائزہ لیا۔ اور اس کے ساتھ ساتھ انہوں نے خیالات کی منتقلی کا محتاط طور پہ ترتیب دیا گیا۔ تجربوں کا سلسلہ بھی شروع کیا۔

ٹیلی پیتھی ایک بامقصد علم ہے

ممکن ہے اب بھی بہت سے حضرات اس علم کو کینہ توز نظروں سے دیکھتے ہوں۔ انہیں انسانی ذہن قوت اور اس کی وساعت پر یقین نہ ہو لیکن ان حضرات کے ماننے نہ ماننے، یقین کرنے، نہ کرنے سے کبھی بھی کسی علم کی صحت پر کوئی اثر نہیں ہوا۔ ہاں یہ ضرور ہے کہ چند افراد ایسے لوگوں کی موشگافیوں میں الجھ کر علم کی افادیت سے محروم رہ گئے۔

کل تک سائنسی علوم بھی قدامت پرست بیمار ذہنوں پر گراں بار تھا ان کی زبان اس کے خلاف زہر افشانی کیا کرتی تھی لیکن آج وہ سائنس کی ہمہ گوش میں سمٹے دیگر علوم کو اپنی کم عقلی کا ہدف بنائے ہوئے ہیں ایسے حضرات کے سامنے دلائل دینے یا انہیں قائل کرنے کے لئے وقت کا ضیاع کیوں کیا جائے علم کوئی بھی ہو ہر علم اپنی روشنی میں پروان چڑھتا

ہے۔ اور اس کی تابناک کرنوں سے سارا جہاں مستفیض ہوتا ہے۔ اس لئے موجودہ مقصد کے پیش نظر ایس پی آر کی تاریخ کو مزید کھنگالنا ضروری نہیں۔

فی الوقت صرف اتنا کہنا کافی ہے تو تمام مبینہ سپرنارمل واقعات کے بارے میں سائنسی نقطۂ نظر کے اعلیٰ معیار کی بدولت یہ سوسائٹی بین الاقوامی شہرت کی حامل ہے۔

بلاشبہ لوگوں کی اکثریت اس طرح کی چیزوں کو "حماقت آمیز" قرار دیتی ہے۔ لیکن اس طرح کے منکرین بھی خلوت میں اعتراف کر سکتے ہیں کہ اس میں کچھ نہ کچھ ہے ضرور۔ لیکن سائنسدان وقت کے ساتھ اس کا پتہ چلا لیں گے۔ اور پھر دوسرے لوگ بھی ہیں جو کسی خاص نظریئے پر یقین نہیں رکھتے۔ وہ بھی یہ پتہ چلانے کی کوشش کر رہے ہیں۔ کہ ٹیلی پیتھی کے حقائق کس حد تک مدت کے بعد انسانی بقا کے امکان کو بڑھاتے یا گھٹاتے ہیں۔

واضح ہے کہ ٹیلی پیتھی کی حقیقت کے بارے میں اب کسی کو شک و شبہ نہیں رہا۔ ماسوائے ان کٹر قسم کے سائنسدانوں کے جو سائنسی علوم کے سامنے دنیا کے تمام علوم کو ہیچ تصور کرتے ہیں۔ یہ ایک چھوٹا سا گروہ ہے، جن کی ذہنیت ان لوگوں جیسی ہے جو تمام شواہد کے برعکس اب بھی یہ سمجھتے ہیں کہ زمین چپٹی ہے۔ فی زمانہ سائنسدانوں کے لئے یہ عجیب و غریب احترام ایسا ہی ہے جیسے کہ کبھی پادریوں کے لئے مخصوص تھا۔

سائنسدان

سائنسدان اسے کہتے ہیں جو اپنی تحقیق میں ایک خاص ذہنی نظم استعمال کرتا ہے، اگر کوئی دوسرا یہ طریقہ استعمال کرے تو اسے بھی سائنسدان ہونے کا دعویٰ کرنے کا اتنا ہی اختیار حق ہے۔

مختصر یہ کہ سائنسدان کسی منظہر کا مشاہدہ کرتا ہے۔ اس کی توجیہات پر کچھ نظریئے قائم کرتا ہے اور ان نظریات کو استعمال کرتے ہوئے بار بار مختلف نقطہ ہائے نظر سے اپنے تجربے کی تسکین کرتا ہے اور بالآخر ان تجربوں کا نتیجہ ایک مفروضہ کی صورت میں پیش کر دیتا ہے۔

اس مفروضے کی تھیوری کی اس کے ساتھی سائنسدان باریک بینی سے اس کے رموز کو سمجھتے ہیں۔ ٹھیک کرتے ہیں اور یہ بھی ممکن ہے۔ جب وہ اپنے مخصوص نقطہ ہائے نظر سے اس تجربے کو کریں کہ وہ اسے خاصی حد تک

تبدیل بھی کر دیں اور پھر بہت سے سائنسدان ایسے بھی ہیں جو مذہبی عالموں کی طرح نئے رجحانات، نئے نظریات کو قبول نہیں کرتے کیونکہ وہ ان کے طرز فکر سے ہم آہنگ نہیں ہوتے، اور یہ لوگ ایسے نظریات اور ان پر پیش رفت کرنے والوں کو غلط ثابت کرنے کے لئے اپنی بہترین یا بدترین کوشش کرتے ہیں وہ منفی انداز اختیار کر لیتے ہیں اور بعض اوقات تو یہ تشدد پر آمادہ نظر آتے ہیں۔ اس کی بہت سی مثالیں دی جا سکتی ہیں۔ مسمریزم کے بانی ڈاکٹر فرانز کو دیکھ لیں۔ ان کے ساتھ جو ڈاکٹروں نے اپنی قدامت پرستی کا ثبوت دیا۔ آخر وہ ویانا چھوڑ کر پیرس چلا گیا۔ لیکن پیرس میں بھی وہی انہیں موجود تھے۔ جس کی وجہ سے انہیں اس ملک کو بھی خیرباد کہنا پڑا۔

علوم مخفیہ کے عظیم ماہر کیگلسٹرو کے ساتھ بھی کچھ اسی قسم کا سلوک کیا گیا۔ لیکن اس سے ان کا علم ختم نہیں ہوا۔ آج بھی ان کے قائم کردہ نقطۂ نظر کو پیش رفت حاصل ہے۔ وقت کی مسافت نے ان کے علم پر صداقت کی مہر ثبت کر دی ہے۔

اس سے مجھے کوئی بحث نہیں کہ سقراط کا نظریۂ آفاقی تھا تو اس نے زہر کا پیالہ کیوں پیا۔ دراصل ہر انسانی فکر میں یہ رجحان پایا جاتا ہے کہ وہ اکثریت کا ساتھ دیتی ہے اور ہر ایسی پیش قدمی کی جو مروجہ عقیدے کے خلاف ہو گی جبلی طور پر مزاحمت کی جاتی ہے نہ صرف مزاحمت کی جاتی ہے بلکہ اکثر اس سے شدید نفرت کا اظہار بھی کیا جاتا ہے۔ انسانی فکر کی تاریخ واضح طور پر ظاہر کرتی ہے کہ اس معاملے میں اچھے لوگ بھی کسی حد تک اپنی بلند سطح

سے نیچے گر سکتے ہیں۔

یہ ہم سب میں ہر ایک کے اندر غول یا گلے والی جبلّت کی بدولت ہوتا ہے جس کی وجہ سے ہم جذباتی طور پر ہر اس نئے خیالات کے خلاف ہو جاتے ہیں جو مروّجہ نظام کو درہم برہم کر سکتا ہو۔ چنانچہ انسانی فکر یا سوچ میں ہر نئے راستے پر چلنے کا رجحان پایا جاتا ہے اور ہزاروں سال میں بننے والے رجحان کو آسانی سے تبدیل نہیں کیا جا سکتا۔ لیکن جس طرح اولیور وینڈل ہومز کی کتاب ــــــ "دی پروفیسر ایٹ دی بریک فاسٹ ٹیبل" میں پروفیسر بجا طور پر کہتے ہیں کہ بند ماسٹر کا کام یا مقررہ راستہ قبرستان کی مانند ہے خود مختارانہ خیالات کی قبر ــــــــــ

جیسا کہ تاریخ سے ظاہر ہے تمام انسانی تنظیمیں اس کی ذمہ دار ہیں۔ اس سے یہ بھی ظاہر ہوتا ہے کہ ہمیشہ ایک نکتہ ایسا آتا ہے کہ جب کچھ لوگ ایسے کٹر پن سے نجات پا لیتے ہیں، خواہ وہ سائنسی ہو، میڈیکل ہو، مذہبی ہو یا نظریاتی ــــــــــ

نئی سوچ جدید طریقے

اب سائنس نے انسانی ذہن کو کافی تبدیل کر دیا ہے۔ ہر روز کی نت نئی ایجادات نے قدامت پرست سماج کے بندھے ٹکے نظام کو سلگا کر رکھ دیا ہے یہی وجہ ہے کہ فی زمانہ سوچ کے نئے طریقوں، زندگی کے نئے نقطہ ہائے نظر اور ان موضوعات کے بارے میں تحقیق کے نئے طریقوں کی طرف بہت زیادہ میلان ہے جنہیں قدامت پرست اداروں نے مسترد کر دیا تھا۔

ٹیلی پیتھی کے بارے میں خاصی حماقت پسندی، خاصی خوش اعتقادی اور خاصی متعصبانہ سوچ پائی جاتی ہے۔ اس کا اطلاق نہ صرف ان پر ہوتا ہے جو نفس اور مخفی واقعات کے امکان پر یقین رکھتے ہیں، بلکہ دوسرے مکاتب فکر سے تعلق رکھنے والوں پر بھی جو ان چیزوں کو حماقت قرار دیتے ہیں۔ اور وہ اس حد تک بدعقیدہ ہوتے ہیں کہ ہر شہادت کو قبول کرنے سے انکار

ہے۔ کیونکہ اس کا انحصار اس پر ہے کہ سائنسدان کس قسم کے تجربے و تحقیق کر رہا ہے۔ طبیعات، کیمیا، حیاتیات، الیکٹرونکس، نفسیات وغیرہ ان میں ہر تجربے و تحقیق کے اپنے اپنے آلات ہوتے ہیں۔ کچھ تو بہت پیچیدہ قسم کے ہیں اور بعض میں بہت ہی سادہ آلات استعمال ہوتے ہیں۔

نفسی سائنس کے بیشتر ارکان بہت کم اس طرح معاونات استعمال کرتے ہیں۔ نفسی سائنس میں سب سے بڑا آلہ خود اس کی اپنی ذات ہوتی ہے گو کہ ریکارڈ کرنے کیلئے مختلف طرح کے طریقے استعمال کئے جا سکتے ہیں۔

اب تک ہم نے مختصر طور پر سائنسی نقطۂ نظر سے صورتحال کی وضاحت کرنے کی کوشش کی ہے وہ اس لئے کہ ایسے نتائج کے لئے جو ہر طرح کی تنقید پر پورے اتر سکیں، یہ ہمارے طریقۂ کار کا لازمی جزو ہونا چاہیئے۔ بہرحال بیشتر حضرات سائنسی نقطۂ نظر کے بارے میں غیر ضروری طور پر فکرمند نہیں ہوتے وہ صرف اپنے طور پر یہ جاننا چاہتے ہیں کہ آیا ٹیلی پیتھی جیسی کوئی چیز ہے یا نہیں۔ یہ کیسے کام کرتی ہے اور عام شخص اسے سیکھ سکتا ہے اور اسے کیسے ترقی دے سکتے ہیں۔ اس سے اپنی شخصیت میں کیا نمایاں خوبیاں پیدا کی جا سکتی ہے اور اس علم سے کیا کام لیا جا سکتا ہے۔

یہاں پھر مسئلہ اخلاقی اقدار اور بصیرت کا آجاتا ہے۔ کیونکہ دیگر تمام علمی نعمتوں کی طرح ٹیلی پیتھی کو بھی غلط یا صحیح طور پر استعمال کیا جا سکتا ہے۔

کیونکہ دنیا کے تمام علوم اپنے وجود میں مثبت اور منفی دونوں اوصاف رکھتے ہیں۔ نیز اگر انسان نے مواصلاتی کرہ بنایا کہ اس سے جانوروں

کر دیتے ہیں۔ اور اپنے سے اختلاف کرنے والوں کی تکذیب میں اس قدر متعصب واقع ہوتے ہیں۔ درحقیقت گھناؤنی تکذیب کی رجحان کٹر گروہوں میں زیادہ پایا جاتا ہے، لیکن ہمیں ان کی جانب توجہ دینے کی بجائے اپنے کام کو آگے بڑھانا چاہیئے۔ ٹیلی پیتھی کے بارے میں انکے جو بھی رجحانات، خیالات ہیں۔ ہمیں اس سے کوئی بحث نہیں نہ ہی ہم اپنے وقت کا ضیاع ہی کرنا چاہتے ہیں۔

ہم نے ان کٹر قسم کے رجحان رکھنے والوں کو بھی دیکھا ہے جو مشکل وقت میں گدھے کو بھی باپ بنا لیتے ہیں۔ یہ صرف وہ حضرات ہوتے ہیں جنہیں علم سے کوئی واسطہ یا رابطہ نہیں ہوتا۔ یہاں تو ہم ہر سطح کا آزاد خیال اور کھلے ذہن والوں کو مخاطب کرتے ہیں اور ان کے سامنے ٹیلی پیتھی کے بارے میں کچھ معلومات رکھنا چاہتے ہیں جو انہیں ٹیلی پیتھی کے مظاہر، اسکے پہلوؤں پر روشنی ڈالنا چاہتے ہیں تاکہ وہ عملی اور نظری لحاظ سے تحقیقی سائنسی جذبے کے ساتھ اس علم کے مطالعہ سے پوری طرح استفادہ حاصل کر سکیں۔

ٹیلی پیتھی ایک ایسا علم ہے جس کے مطالعے اور عمل سے ایک قابلِ رشک شخصیت بن سکتے ہیں۔ لیکن اس کے لئے آپ کو فراخ ذہن سے اس علم کی باریکیوں کا مطالعہ کرنا ہوگا۔

اکثر حضرات یہ سمجھتے ہیں کہ سائنسدان کے لئے لیبارٹری ضروری ہے۔ اور اس میں آلات بھی درکار ہوتے ہیں مثلاً سیٹ ٹیوبیں، بنسن برنر اور کئی چھوٹے بڑے آلات و بجلی کا نازک سامان، یہ بات جزوی طور پر صحیح ہی

کے تسکار میں اسے آسانی ہو گئی ہے تو یہی تیرہ انسان کی ہلاکت کا موجب بھی ٹھہرا۔
دنیا کی ہر ایجاد مثبت اور منفی دونوں پہلوؤں کی غمازی کرتی ہے، چاہے بجلی ہو، میڈیسن، ٹی وی ہو یا کمپیوٹر، خواہ کوئی بھی شے ہو۔

اسی طرح ٹیلی پیتھی جہاں انسان کو قابلِ رشک شخصیت کی نوید دیتی ہے وہاں اس کے منفی استعمال سے اسے شیطان بھی بنا دیتی ہے، وہ اپنے اور دنیا کے لئے مصیبت، دکھوں، اذیت کا ایسا کردار بھی بن جاتا ہے جو انسانیت کی نظر میں کسی بھی بدبودار غلاظت سے کم نہیں ہوتا۔ یہ اس کا تعفن ہی تو ہوتا ہے۔ جس کی بدبو ناقابلِ برداشت، لوگوں کی ہلاکت کا باعث ہوتی ہے۔

اگر وہ اس علم کو مثبت سوچ، پاکیزہ خیالات کے تحت اپنائے تو اس کی شخصیت خوشبو بکھیر کر انسانیت کے ریگ زار کو مہکا دیتی ہے اور لوگ اس کی تعظیم بجا لاتے ہیں۔

ان تعارفی کلمات سے اس عمومی صورتحال کو سمجھنے میں مدد ملتی ہے جن میں ٹیلی پیتھی کام کرتی ہے اور مختلف اشکال اختیار کرتی ہے اس کے تحت ہم آپ کو وہ بنیادی مشقیں بتائیں گے، جو آپ کے لئے آسان بھی ہیں اور آپ بخوبی اسے انجام دے سکیں۔ اور دیگر مددگار تکنیکیں بھی جن کے تحت اسے آپ عمل میں لا سکیں۔ اس تحقیق میں آپ کس قدر سائنسی طریقہ کار استعمال میں لا سکتے ہیں، اس کا پورا انحصار خود آپ پر ہے۔ اس تحقیق میں اعتدال کی راہ بہترین ہے۔ جو معمولی یا موضوعات

ٹیلی پیتھی کے عمل میں استعمال کرتے ہیں، وہ جامع کیمیاوی مادے یا کی آلات نہیں ہوتے گو کہ ان میں کچھ کو استعمال میں لایا جا سکتا ہے۔

یہ آپ کی تحقیق کی تکنیک پر منحصر ہے گو کہ ہمارے مرکزی آلات جاگتے، سوچتے اور محسوس کرنے والے انسان ہیں اور اس بات ہمیشہ ذہن نشین رکھنا چاہیئے کہ ماضی میں ان ذاتی عناصر کو تسلیم کرنے ناکامی کے باعث اکثر نتائج حوصلہ افزا ثابت نہ ہو سکے۔ اس آپ کو ٹیلی پیتھی کے عمل کے دوران اس بات کا خاص خیال رکھنا ورری ہے۔

مرچو
کا مرے والدین پر رحم فرما ..... آمین

بدلتے ذہنی رجحان

ٹیلی پیتھی ——— کوئی ایسا علم نہیں ہے کہ جب آپ چاہیں شروع کریں، اور جب اکتاہٹ محسوس ہونے لگے چھوڑ دیا۔ یہ علم آپ کے موڈ کا پابند نہیں، بلکہ آپ کے موڈ کو اس کا پابند ہونا پڑے گا۔

گو کہ ٹیلی پیتھی کی خصوصیات سب میں پائی جاتی ہے۔ لیکن اسے باقاعدہ طور پر اپنانا، عمل میں لانا اور اس کی لہروں سے استفادہ حاصل کرنا ہر فرد کا کام نہیں، اسے ترقی دینے کے لئے بے پناہ صبر درکار ہے۔ اور اس

کے برق رفتار دور میں اس تیز اور مضطرب عہد میں یہ خاصیت خام ہے۔ عام نہیں ———"

جیسا کہ ہم پہلے آپ کو بتا چکے ہیں۔ ہمارے آلات جیتے جاگتے، حساس انسان ہیں، ان کے شعور کی ذہنی اور جذباتی حالت مسلسل تبدیل ہوتی رہتی ہے اور یوں ہماری تحقیق کے حالات بھی تبدیل ہوتے رہتے ہیں۔ مزاج میں اس تبدیلی کا مشاہدہ "ارسال کرنے والے" اور موصول کرنے والے دونوں کو کرنا ہوگا۔ سب سے بڑھ کر یہ کہ ہمیں ایسی ذہنی کیفیت درکار ہے جس کے لئے میں وکٹوریہ عہد کے ایک سائنسدان نے کہا تھا۔

"فطرت کے سامنے عاجزی سے بیٹھنا مانع ہونا، جس طرف وہ لے جائے، اسکی پیروی پہ مانع ہونا۔

اس بات سے آپ بخوبی اندازہ لگا سکتے ہیں۔ ٹیلی پیتھی آپ کے بدلتے ہوئے حالات کی طابع نہیں، آپ کو اس علم کے سامنے اپنی تمام تر خواہشوں کو سرنگوں کرنا ہوگا، اگر اس علم سے انسیت ہے تو اس کی خدمت میں غلام بنکر اپنی تمام خواہشات، جذبات اور احساسات بن کر اس علم کے قانون کے سپرد کر دیجئے، آپ کو اپنے کام کے آغاز میں سخت شرائط کا عمل محتاط طور پر کرنا ہوگا۔ بعد میں آہستہ آہستہ گرہیں کھلتی چلی جائیں گی۔

جب آپ کچھ سیکھ لیں گے تو خود ہی آپ کو یہ محسوس ہونے لگے گا کہ کس شرط میں سختی ہونی چاہیئے اور کس میں نہیں، کس میں نرمی ہو سکتی ہے اور کس میں گنجائش نہیں۔

آغاز میں زیادہ تر توجہ مشاہداتی حقائق پر دیجئے، کلیہ کی تشکیل بعد
کسی دوسرے پر ہو گی ٹیلی پیتھی کو عملی شکل دینے سے پہلے ایک بات
طرح ذہن نشین کر لیجئے۔ اس کے بارے میں آپ کا مطالعہ وسیع ہونا چاہ
ممکن ہے آپ نے جو کچھ پڑھا ہے اس میں کوئی نقطہ رہ گیا ہو،
بھی انسان کسی بھی موضوع کا مطالعہ کرے تو اس سے پہلے کہ اس
بارے میں جو کچھ لکھا جا چکا ہے۔ اسے نظر انداز نہ کرے اسے پڑھے۔ گزشتہ
معلومات کے بغیر نئے سرے سے آغاز کرنے کا مطلب معمولی پیش رفت
کے سوا کچھ نہیں۔

چنانچہ اس موضوع پر جو کچھ شائع ہو چکا ہے۔ اسے ضرور پڑھیے
ہے جو حضرات ٹیلی پیتھی پر کام کر رہے ہیں۔ انہوں نے اس معاملے کو آگے
بڑھانے کے لئے کچھ تجاویز پیش کی ہوں۔ جن سے ہمیں نئی بصیرت
ہمیں کسی بھی نقطہ کو نظر انداز نہیں کرنا چاہیئے۔

واضح رہے کہ ایک زمانے میں بیسویں بیڈ دھات کو ٹنوں کے حساب
بیکار سمجھ کر سمندر میں پھینک دیا جاتا تھا۔ کیونکہ اس میں وہ خاص مادہ نہیں
جس کی سائنسدان کو تلاش تھی۔ یہاں تک پروفیسر مادام کیوری نے اس
دھات پر کام کیا۔ اور دنیا کی نایاب اور اہم ترین دھات "ریڈیم" دریا
کی۔ اس لئے یہ نکتہ دلچسپ اور شاید مفید بھی ہو کہ جب ہم اپنا نتیجہ قائم
تو گزشتہ تجربات پر بھی نظر ثانی کریں۔ جن کا بظاہر کوئی نتیجہ نہیں
ہو سکتا ہے کوئی نیا زاویہ نگاہ قائم ہو جائے اور نئے حقائق سامنے آ

ٹیلی پیتھی کوئی ایسا عمل نہیں ہے کہ آپ چالیس دن کریں اور توکل آپ
کے روبرو آ کھڑے ہوں، یہ تو مسلسل جہد اور یکسوئی کا عمل ہے اور ہر عمل کو
شروع کرنے سے قبل آپ اپنے سابقہ کارکردگی پر نظر ثانی کرنی ہو گی آپ
سے کہیں کوئی لغزش تو نہیں ہوئی۔ آپ سے شرائط میں کوئی کوتاہی تو نہیں
ہوئی ——————"

ماورائے حواس

آپ نے یقیناً سمندری لہروں کا مشاہدہ کیا ہوگا جو مضطرب، بے چین، بل کھاتی سمندر کے سینے پر لائیں لگاتی دیکھنے والوں کو دہشت زدہ کئے دیتی ہیں۔ ان لہروں سے ٹنوں وزنی جہاز اپنا توازن برقرار رکھنے سے قاصر نظر آتے ہیں۔ بے طرح ڈگمگاتے، ہچکولے کھاتے ہیں اور ہر لمحہ اپنے وجود کو خطرے میں محسوس کرتے ہیں۔ انسان تو ان لہروں کے شور سے لرز اُٹھتا ہے۔

کیا آپ نے کبھی سوچا کہ آپ کا وجود ذہن کی برقی لہروں کا طابع ہے وہاں کمپیوٹر نصب ہے جو ان برقی لہروں سے اپنے پروگرام نشر کرتا ہے،

جہاں اس کمپیوٹر میں کوئی تصویر اُبھری، پورے وجود میں ہلچل مچ گئی، ذہن کے اس کمپیوٹر پر کوئی نیا موضوع اپنانے کا سوچا، آپکے وجود میں ایک نہ محسوس ہونے والا ارتعاش بپا ہوگیا۔

رات کا دوسرا پہر ہے۔ کھٹکا ہوا۔ نیند کی مہربان دیوی نے اپنا ہاتھ کھینچ لیا۔ آپ ہڑبڑا کر اُٹھے، ہاتھ بڑھا کر پلنگ کے ساتھ لگا سوئچ آن کر دیا، آنکھیں دہشت سے پھیل گئیں۔

پلنگ کے سرہانے سے چند قدم پہ ایک صاحب ہاتھ میں سیاہ رنگ کا پستول لئے کھڑے تھے جس کا رُخ آپ کی جانب ہے۔ فوراً آپکے ذہن کی برقی لہروں نے آپ کے جسم میں کپکپی طاری، خوف نے وجود کو اپنے حصار میں جکڑ لیا۔ اور فوراً ذہن کے کمپیوٹر نے یہ فیصلہ صادر کر دیا کہ یہ تمہیں قتل کرنا چاہتا ہے۔ آپ اپنے ذہن سے منتشر ہونے والی لہروں میں بے طرح ہچکولے کھانے لگے۔

اس قسم کا حادثہ ایک ایسے شخص کو پیش آتا ہے جس کا ذہنی توازن ٹھیک نہیں یا ذہنی خلیہ ناکارہ ہو چکے ہیں۔ اس نے پستول کو دیکھا، لیکن کسی بھی قسم کے ردِ عمل کا اظہار نہیں کیا، کیونکہ اس کے ذہن کی برقی لہریں بے جان اور کمپیوٹر کی اسکرین ناکارہ ہو چکی ہے۔ لیکن یہ ضروری نہیں کہ سب ہی لوگ آپکی طرح پستول کا رُخ اپنی جانب دیکھیں۔ اس طرح اپنے حواس کھو دیتے ہیں۔ ان کے ذہن کی برقی لہریں ان کے سوچنے سمجھنے کی صلاحیت سے محروم کر دیتی ہیں۔ لیکن کچھ لوگ ایسے بھی ہوتے ہیں موت کو اپنے اتنا قریب دیکھ کر

اور یہ یقین کر لینے کے سوا کہ اسکی ایک گولی زندگی کا چراغ گل کر سکتی ہے۔ چند لمحے تو ذہن کی برقی شعاعیں اسے متزلزل کرتی ہیں۔ لیکن وہ جلد ہی ان کو اپنی لرزتی لہروں کو اپنے اختیار میں کر لیتا ہے اور فوری اپنے ذہن کو حکم دیتا ہے، منفی پہلو کی بجائے مثبت خاکہ پیش کرے۔

یہ وہ لوگ ہوتے ہیں جو مضبوط قوتِ ارادی کے مالک، اپنے شعور اور تحت الشعور پر حاکم ہوتے ہیں وہ پست تول سے خوفزدہ ہونے کی بجائے زندگی کے لئے تدبیر کرتے ہیں اور یہ اپنی تدبیر میں کامیاب بھی ہوتے ہیں۔ یہی لوگ ہوتے ہیں جو سمندر کے سینے پر سرکش موجوں کے روبرو تن کر سینہ سپر رہتے ہیں۔ فضاؤں میں، بلند پہاڑ کی چوٹیوں کو سر کرتے ہیں۔ یہ نہیں کہ یہ افراد جسمانی اعتبار سے دیو ہیکل ہوتے ہیں نہیں بالکل نہیں۔

آپ کا ہر روز ایسے افراد سے واسطہ رہتا ہوگا۔ جو صرف اپنی قوتِ ارادی سے موت سے سرگوشیاں کرتے نہیں گھبراتے۔ ذہنی کمپیوٹر پر جو بھی تصویر اُبھرتی ہے۔ یہ ان کی قوتِ ارادی کا کارنامہ ہوتی ہے۔ ذہن سے منتشر ہونے والی برقی لہریں انکی تابع ہوتی ہیں۔ لیکن یہ بھی ضروری نہیں کہ یہ لہریں ہمیشہ ان کی تابع رہتی ہیں۔ جب بھی آپکی قوتِ ارادی میں کمزوری، شعور اور لاشعور کے درمیان فساد پیدا ہوگا وہ اس جسم کی پوری عمارت پر قابض ہو جائیں گی۔

ٹیلی پیتھی کے علم کو حاصل کرنے کے لئے پہلی شرط قوتِ ارادی کی ہے۔ اگر آپ متزلزل قوتِ ارادی کے مالک ہیں تو آپ اپنے لائحہ عمل کو تکمیل کی وہ منزل نہیں دے سکتے، جس کا یہ علم متمنی ہے۔ اس عمل کے لئے لازم

ہے ذہن کی یکسوئی آپ کی قوتِ ارادی کا ایک مضبوط حصہ ہو، جب تک آپ میں اعلیٰ درجہ کی قوتِ توجہ پیدا نہیں ہوگی۔ آپ اس علم کی الف، ب سے بھی ناواقف ہی رہیں گے۔ یہ تو آپ کو معلوم ہی ہے جو چیز بہت زیادہ فائدہ مند، قوت بخش ہوگی۔ اس کے خطرناک ہونے کے بھی اس قدر ہی امکان ہوتے ہیں۔

اس علم کا تمام تر تعلق آپ کے ذہن سے ہے اور اس کی تمام تر مرکزیت یکسوئی اور توجہ پر قائم ہے یہ تو آپکو معلوم ہی ہے۔ جن کاموں کا تعلق ذہن کے تخلیقی حصّوں سے ہو، وہاں کوئی فشار برداشت نہیں کیا جاتا، کسی قسم کی آہٹ مخل نہیں ہونی چاہیئے۔ آپ اپنی ذہنی تخلیق کو اس وقت تک انجام نہیں دے سکتے جب تک آپ اپنے مقاصد کے لئے ذہنی یکسوئی اور توجہ میں کمال پیدا نہ کر لیں اور یہ اس وقت ہی ممکن ہے جب آپ اپنے ذہن کی برقی لہروں کو ایک مرکز پر مجتمع کرنے میں کامیاب ہو جائیں اور یہ اس وقت ہی ممکن ہے، جب آپ اپنے مقصد کو زندگی کا نصب العین بنا لیں۔

دنیا میں ایسے بہت سے لوگ ہیں جو اعلیٰ صلاحیتوں کے مالک ہونے کے باوجود قوتِ ارادی نے ان صلاحیتوں کو زنگ آلود کر دیا۔ وہ ذہنی یکسوئی اور توجہ پیدا کرنے میں ناکام رہے اور ایسے بھی افراد کی کمی نہیں جو معمولی صلاحیت رکھنے کے سوا ذہنی یکسوئی اور توجہ کی بدولت اپنے مقصد کو اعلیٰ مقام پر پہنچایا۔

ٹیلی پیتھی کے عمل کے لئے یہ لازم ہے کہ آپ ذہنی انتشار سے پاک ہوں آپ میں اسکی برقی لہروں کو ایک مرکز پر مجتمع کرنے کی بھرپور صلاحیت موجود ہو۔ اگر آپ یہ سمجھتے ہیں کہ فی الحال یہ مشکل ہے۔ لیکن آہستہ آہستہ آپ اپنے

مقصد کو عملی جامہ پہنانے میں کامیاب ہو جائیں گے تو آپ تسلسل سے جدوجہد کرتی ہوگی، اور ہر جہد کا سلسلہ پچھلی کارکردگی کو مدنظر رکھ کر — اپنی خامیوں کوتاہیوں کا ایک منصف کی طرح جائزہ لینا ہوگا۔ اس کے بعد آپ اپنے معنویت کی تکمیل میں آگے سفر کیجیے۔

جو لوگ اپنے ذہن کو کئی حصوں میں منقسم کئے ہوتے ہیں۔ ان کے ذہنوں میں رنگوں کی یلغار ہوتی ہے وہ کبھی کوئی بڑا کارنامہ انجام نہیں دے سکتے۔ جب تک آپ کی دماغی قوتیں منتشر ہیں۔ آپ کوئی بھی بڑا مقصد حاصل نہیں کر سکتے۔

وہ حضرات جو بیک وقت دو تین کام انجام دینے کی کوشش کرتے ہیں۔ بے طرح اُلجھے رہتے ہیں اگر آپ ٹیلی پیتھی کے علوم پر دسترس حاصل کرنا چاہتے ہیں تو "مادلائے حواس" کی بنیادی شرائط تک پر عمل کرنا انتہائی ضروری ہے۔ یکسوئی اور توجہ کے بغیر آپ اس علم کی آفاقی کشش، مقناطیسیت پیدا نہیں کر سکتے۔

آپ جو بھی کام کریں اپنے ذہن سے رنگ برنگے دھبوں کو کھرچ دیں۔ ہم اسی رنگ کا دائرہ بنائیں۔ جس میں مقصدیت ہو۔ جس کی تکمیل آپ کی زندگی کا مقام ہو اور اگر آپ ٹیلی پیتھی کو ہی اپنی زندگی کا مقصد قرار دے چکے ہیں تو آپ کو اپنے ذہن سے وہ تمام انتشار ختم کرنے ہوں گے جو آپکی توجہ و یکسوئی کے دشمن ہیں آپ اپنے ان دشمنوں کو کیونکر کیسے نابود کرتے ہیں۔

یہ آپ کی قوتِ ارادی پر منحصر ہے۔

شمع بینی

اگر آپ میں خود اعتمادی کی کمی ہے تو آپ گھبرائیے نہیں۔ آپ شمع بینی کی مشق سے مفید نتائج حاصل کر سکتے ہیں۔ لیکن آپ کو اس لئے مسلسل مشق کرنی ہوگی۔ یہ بھی ضروری نہیں آپ اس کے لئے بہت سا وقت صرف کریں۔

آپ کے خیالات جو اِدھر اُدھر بھٹکتے رہتے ہیں۔ اس میں آہستہ آہستہ یکسوئی پیدا ہوتی چلی جائے گی اور تھوڑے عرصے کے بعد آپ اپنے اندر ایک خوشگوار تبدیلی محسوس کریں گے۔ اس کے بعد آپ چاہیں تو اس مشق کو آگے بڑھا سکتے ہیں۔ شمع بینی ذہنی یکسوئی اور توجہ میں مرکزیت پیدا کرنے کی بہترین مشق ہے لیکن اس مشق کو کرتے میں آپ بے صبری اور جلد بازی کا مظاہرہ ہرگز مت کیجیے۔ آپ کہیں یہ سوچیں کہ میں جس قدر زیادہ مشق کروں گا۔ اس قدر جلدی اسکا عامل بن جاؤں گا۔ یہ سوچ آپ کی غلط ہے۔ اس سے آپ کی خوابیدہ قوت قیمتی

آنکھیں روشنی سے محروم بھی ہو سکتی ہیں۔ اس مشق کو حسب ہدایت قائدے سے کیجئے۔ اگر آپ نے پُرسکون رہتے ہوئے اس مشق کو جاری رکھا تو آپ کو اس سے بہت فوائد حاصل ہوں گے۔

یہ ٹیلی پیتھی کی ابتدائی مشق ہے جو نہ صرف آپ کے مقصد کو تکمیل و رہبری عطا کرتی ہے۔ بلکہ اس سے آپکے عضلات ساکت و صامت ہوتے ہیں۔ اس سے آپ عصبی نظام میں بڑی حد تک اعتدال پیدا ہوتا ہے۔

شمع بینی کیسے کریں؟

شمع بینی کوئی ایسا مشکل کام نہیں جو آپ کو مشق کرتے وقت کسی دشواری کا سامنا کرنا پڑے۔ لیکن جب کہ ہم پہلے عرض کر چکے ہیں، جب تک آپ اپنے ارادے میں استحکام پیدا نہیں کریں گے۔ آپ اپنے مقصد کی تکمیل کرنے سے معذور رہیں گے۔ جب آپ کے ارادہ مصمم اور اسے استحکام حاصل ہو جائے تو آپ اس مشق کو شروع کیجئے۔ اس کے لئے انتہائی ضروری ہے اور اس جگہ کا انتخاب کریں۔ جہاں کوئی شور آپ کے ذہن میں فشار پیدا نہ کرے کوئی آپ کی مشق میں مخل نہ ہو ــــــــــــــ"

اس کے لئے آپ کوئی بھی ایسا وقت مقرر کر لیں، جب آپ تمام کاموں سے فارغ ہو کر یکسوئی سے اس مشق کو انجام دے سکیں۔ اور روزانہ اسی وقت اپنی مشق کو شروع کریں۔ اگر یہ وقت رات کا ہو تو بہت بہتر ہے۔

اب آپ آلتی پالتی مار کر زمین پر بیٹھ جائیں۔ اور ایک موم بتی روشن کر کے اپنی نگاہوں کے سامنے رکھ لیں۔ لیکن اس چیز کی احتیاط ملحوظ رہے کہ اس موم بتی کی لو آپ کی آنکھوں کے عین سامنے ہو۔ یعنی اُوپر نظر جمانے کے لئے آپ کو اپنا سر اُٹھانا نہ پڑے۔ اور نہ آپ کو سر جھکانا پڑے۔ آپ موم بتی کو اس طرح رکھیں کہ اسے دیکھنے میں آپ کو کسی بھی قسم کی کوئی تکلیف برداشت نہ کرنی پڑے۔ یہ موم بتی ارغوانی رنگ کی ہو تو بہتر ہے۔ ورنہ کوئی بھی اچھی قسم کی موم بتی آپ کی مشق کے لئے لی جا سکتی ہے۔

اب آپ پُرسکون ہو کر بیٹھ جائیں، جسم کو ڈھیلا چھوڑ دیں اور اپنی نظروں کو اس موم بتی کی مرکزیت کے حوالے کر دیں۔ آپ کی نظریں موم بتی پر نہیں اسکی لو پر ہونی چاہیئے۔ اپنی نظروں کا رابطہ اس لو سے منسلک کر لیں پلکیں جھپکائے بغیر اسے مسلسل دیکھئے، اپنے ذہن کی تمام برقی لہروں کو ایک مرکز پر مجتمع کیجئے، اس مشق میں آپ یہ احتیاط رکھیں آنکھوں پر کوئی زور نہ پڑے، اسے بالکل اس طرح دیکھئے جیسے آپ عام طور پر دیکھتے ہیں۔ آنکھیں پھاڑ کر دیکھنے کی ضرورت نہیں۔ آپکی نظروں میں مٹھاس ہونا چاہیئے، کرختگی نہیں، اللہ آپکی پوری توجہ اور نظروں کا زاویۂ نگاہ صرف موم بتی کی لو ہونی چاہیئے، اس لمحے ذہن کو ہر قسم کے خیالات، تصورات سے پاک رکھنے کی کوشش کریں،

ممکن ہے آپ اپنی اس کوشش میں شروع میں کامیاب نہ ہوں، آپ کافی مشکل محسوس کریں اور یہ بھی ممکن ہے آپکی پلکیں آپ کی نظروں کے تسلسل کو برقرار رکھنے سے قاصر رہیں۔ لیکن آپ گھبرائیے نہیں اس لمحے اپنی قوّت ارادی کو بروئے کار لائیے۔

پہلے روز آپ صرف پانچ منٹ اس مشق کو دیجیے، اور پھر آہستہ آہستہ اپنے وقت میں اضافہ کرتے جائیے، چند روز میں آپ میں وہ اکتاہٹ اور مایوسی کی وہ گرد نہ رہے گی، جو شروع شروع میں آپ کو مشق کے دوران گراں محسوس ہو رہی تھی۔ یہ بڑا صبر آزما ریاض ہے۔ لیکن انسان کے لئے کوئی کام ناممکن نہیں۔ آپ جلد ہی اعصابی متزلزل نظام کو قابو کرنے میں کامیاب ہو جائیں گے۔

اگر آپ یہ محسوس کریں کہ ذہن کو ان خیالات سے صاف رکھنا ممکن نہیں تو آپ اپنی سوچ کو نئے زاویئے سے ہم آہنگ کرنے کی کوشش کریں۔ ذہن کو یہ یقین دلائیں کہ موم بتی کی لَو روشنی بکھیر رہی ہے۔ ملائم، نرم، ٹھنڈی پُرسکون روشنی آپ کے ذہن کو تابناک بنا رہی ہے۔

یہ ضروری نہیں کہ آپ اپنے مقصد میں پہلے روز کامیاب ہو جائیں، ممکن ہے آپکو اپنی کوشش میں کئی روز کا سفر کرنا پڑے۔ لیکن آپ جلد ہی محسوس کرنے لگیں گے کہ آپ کے ذہن میں روشنی پھیل رہی ہے اور پھر آہستہ آہستہ آپ کے میں فضول کسی قسم کے خیالات اس روشنی کی تہہ میں معدوم ہو جائیں گے۔

چند دنوں کی مشق کے بعد آپ کی آنکھوں اور لَو کے مسلسل رابطے سے یوں محسوس ہونے لگے گا۔ جیسے موم کی لَو سے قوس و قزح کی کرنیں ضیا پاشیاں کر رہی ہیں۔ روشنی کا ہالہ پھیل رہا ہے۔ مسلسل پھیلتا چلا رہا ہے اور آپ کے ذہن میں آوارگی پہ مائل خیالات کا ہجوم چھٹ رہا ہے۔ لیکن اس کے لئے آپ کو لَو سے اپنا رابطہ مسلسل قائم رکھنا ہوگا۔

مندرجہ بالا نتائج ممکن ہے آپ کو چند روز میں حاصل ہو جائیں اور یہ بھی ممکن ہے، آپ کو کئی ہفتے لگ جائیں۔ یہ آپ کی یکسوئی اور توجہ کی کارکردگی پر منحصر ہے۔ اگر آپ کو مسلسل کوشش سے نتائج برآمد نہیں ہو رہے تو آپ غور کیجئے، ٹیلی پیتھی کے عمل کی شرائط میں کوتاہی تو نہیں کی۔ ممکن ہے یہ نکتہ آپ کی نظر سے اوجھل رہا ہو۔ آپ جلد ہی اپنی کوتاہی کو تلاش کر لیں گے، لیکن مشق کو جاری رکھیئے، آپ جلد ہی اپنے مقصد کو پالیں گے۔ خیالات کا ہجوم جونہی کم ہوگا۔ آپ کی شریانوں میں شعاعوں کی تیز لپک محسوس ہونے لگے گی۔

اس مقام کو آپ اپنے مقصد کی تکمیل میں پہلی پیش رفت تصور کیجئے یعنی آپ اپنی مقصدیت کے قریب آ رہے ہیں۔ آپ کی کلاس کا پہلا پرچہ حل کرنے کا وقت آ گیا ہے۔ آپ کو پوری طرح ان لمحوں کے لئے تیار ہونا چاہیئے۔ شعاعوں کی تیز لپک کے ساتھ سر میں کچھ گرانی محسوس ہوگی۔ اور پھر موم بتی کی لَو میں کوئی مجسم شبیہہ نظر آنے لگے گی، موم بتی کی لَو کسی شبیہہ میں ڈھلنے لگے گی۔ ممکن ہے وہ کوئی حسین ماہ جبیں کا تراشا ہوا پیکر ہو۔

تحت الشعور کیا ہے؟

یہ لفظ اکثر سننے میں آتا ہے، لیکن کبھی کوشش ہی نہیں کرتے کہ معلوم کریں یہ کیا چیز ہے ——— اس کا ہمارے ساتھ کیا تعلق ہے۔ یہ ہمارے ذہن کے کس حصے میں ہوتا ہے اور یہ ہمارے لئے کون سا کارنامہ انجام دیتا ہے۔ تحت الشعور کا تعلق "ٹیلی پیتھی" کے علم سے گہرا تعلق ہے۔ اس کے لئے آپ کو تفصیلاً اس کا مطالعہ کرنا ہوگا۔ اس کے بغیر ذہنی نظام کو سمجھنا مشکل ہے۔ جب تک ہمیں یہ معلوم نہ ہو کہ ہمارے ذہن کی کارکردگی کن عناصر کے تحت مصروف عمل ہے۔ اس وقت تک ہم ٹیلی پیتھی کے رموز کو صحیح طور پر سمجھنے سے قاصر رہیں گے۔

فزیکل ریسرچ نے یہ تحقیق فراہم کی ہے کہ ہمارے ذہن کو تین حصوں میں منقسم کیا گیا ہے جسے ہم یہاں مختصر طور پر تحریر کر رہے ہیں۔

قوتِ فکر، تخیل، تصور ——— جسے ہم انگلش میں ——— TION میں

POWER OF IMAGINA کہتے ہیں۔ تین قوتوں کو ہم جن تین حصوں میں تقسیم کرتے ہیں۔

۱۔ شعور، ۲۔ تحت الشعور، ۳۔ لاشعور

شعور: ہمارے ذہن کا وہ پہلا حصہ ہے، جو ہر وقت مصروفِ عمل رہتا ہے۔ اس کا کام ہے ہماری زندگی کے ہر ہم سفر لمحے، واقعات کے احساس سے آہنگ کرنا، کیسی ایک مرکز یا کسی ایک نقطہ پر کام نہیں کرتا، یہ بیک وقت بہت ساری جگہ مصروفِ عمل ہوتا ہے۔ بیداری کی حالت میں ہمارے ہر قول و فعل کو یہ احساس مہیا کرتا ہے۔ مثلاً میکنیک کار کے نیچے لیٹے اس کے نٹ بولٹ کس رہا ہے۔ اس کے ہاتھ میں پانا مسلسل حرکت میں ہے جبکہ اس کے کان کی سماعت ڈور میٹر پہ رکھے ہوئے ریڈیو سے نشر ہونے والے گانوں سے محظوظ ہو رہی ہے۔ گاڑی کا مالک کھڑا اسے جلد فارغ کرنے کی درخواست کر رہا ہے۔ وہ بیک وقت ان تمام چیزوں سے باخبر ہے۔ یہی شعور ہے جو ہمیں بیداری کی حالت میں ہر واقعات اور ہر خبر سے آگاہ کرتا ہے۔ زندگی کے سفر کا کوئی ایسا واقعہ یا خبر ہمارے شعور سے پوشیدہ نہیں جو ہمارے بیداری کی حالت میں ظہور پذیر ہو۔ شعور کا یہی کام ہے کہ وہ ہمیں حالیہ ہر واقعات سے باخبر رکھے، اور یہی شعور ہے جو ہمیں اچھی یا بری چیز کے تصور کا احساس پیدا کرتا ہے۔ جب ہم کام سے فارغ ہوتے ہیں تو یہ احساس دلاتا ہے۔ ہاتھ میلے ہیں، ان پر سیاہی کے داغ ہیں۔ انہیں دھونا چاہیئے، اس کا اتنا ہی کام ہے۔ اور یہ ہماری زندگی میں اپنا فرض ادا کرتا رہتا ہے۔

اس کے خدوخال آپ کی نظروں کو خیرہ کر دیں۔ اور اس کے منفی اثرات بھی ہو سکتے ہیں کوئی بہت ہی بھیانک شکل آپ کے عصبی نظام میں خوف کی لہریں موجزن کر دے۔

اس مقام پر آپ اپنے حواس اور اعصابی نظام کو مکمل طور پر دسترس میں رکھیں۔ اپنی قوتِ ارادی متجمع رکھیں، اپنی ہمت اور حوصلے کی تمام قوت سے وہاں جمے رہیں۔ اس حالت میں اسے دیکھتے رہیں۔ یہ سلسلہ کئی ہفتوں تک جاری رہ سکتا ہے۔ ممکن ہے چند روز ہی میں ختم ہو جائے، لیکن اب آپ اپنی مشق میں ذرا برابر کوتاہی مت کیجئے۔ اور نہ ہی اپنے ذہن میں یہ تصور ہی لائیے کہ دوسرے روز کوئی اس سے خوفناک چیز آپ کو نظر آئے گی۔

بس آپ یہ یقین کر لیں کوئی بھی شبیہہ موم بتی کی لو تک ہی محدود رہے گی یہی آپ کی کامیابی اور آپ کے مقصدیت کی منزل کی طرف پیش رفت ہے۔ چند ہفتوں کی مشق کے بعد آپ یہ محسوس کریں گے کہ آپ میں ذہنی یکسوئی پیدا ہو چکی ہے اور آپ ایک انوکھی قوت بھی محسوس کرنے لگے ہیں۔

لیکن یہ قوت عارضی ہے۔ آپ مشق کو مسلسل جاری رکھیں، کیونکہ ابھی آپ کو اس عمارت کی مکمل تعمیر کرنی ہے۔ جس کا خاکہ آپ کے ذہن نے بنا رکھا ہے۔

تحت الشعور :- یہ ذہن کا دوسرا حصہ ہے، لیکن اس کی قوت کا اندازہ نہیں لگایا جا سکتا۔ لیکن اس کی قوت پرواز اس وقت شدت اختیار کر لیتی، جب وہ لاشعور کے ساتھ مل کر کسی بھی کام کو انجام دیتی ہے یا یوں کہنا چاہیئے، یہ لاشعور کی قوت کو اپنے میں ضم کر لیتی ہے ورنہ اس کی اپنی کارکردگی صرف اتنی ہے کہ جو واقعات انسان کو عام شعور کی نسبت زیادہ متاثر کرتے ہیں۔ یہ شعور سے انہیں حاصل کر کے اپنے اسٹور میں محفوظ کر لیتا ہے اور جب شعور کو ان واقعات کی ضرورت محسوس ہوتی ہیں اور ہم شعوری طور پر اسے نظر انداز کر چکے ہوتے ہیں۔ بہت سے ایسے حادثے جو اچانک ظہور پذیر ہوتے ہیں۔ اور ہم شعوری طور پر اسے نظر انداز کر چکے ہوتے ہیں لیکن وہ حادثہ کو تحت الشعور حاصل کر کے اپنے اسٹور میں محفوظ کر چکا ہوتا ہے اور وقت ضرورت شعور اپنے احاطہ میں لے آتا ہے۔

مثلاً آپ کار میں بیٹھے شاپنگ کے لئے جا رہے ہیں۔ اچانک ایک بچی کار کے سامنے آ جانے کی وجہ سے آپ کو بریک لگانے پڑے۔ جس سے گاڑی کا توازن بگڑتے بگڑتے رہ گیا۔ اگر آپ فوری طور پر بریک نہ لگاتے تو بچی کا پہیوں کے نیچے آ جانا لازم تھا۔

آپ نے چند لمحے اپنی بکھری ہوئی سانسوں کو مجتمع کیا اور اپنے سفر پر روانہ ہو گئے، شعوری طور پر آپ اس حادثے کو بھول گئے، بیس سال کے بعد آپ اپنی پوتی کو سیر کرانے نکلے۔ جس باغ میں آپ نے جانا تھا وہ گھر سے چند فرلانگ کے فاصلے پر تھا۔ جہاں بچوں کے لئے کئی قسم کے جھولے لگے تھے اور بچی

ضد کر رہی تھی کہ میں جھولا جھولوں گی۔ اس لئے آپ پیدل ہی بچی کی انگلی تھامے گھر سے نکل کھڑے ہوئے۔ بچی بہت خوش تھی۔

پارک کے نزدیک پہنچ کر آپ سڑک پار کرنے کے لئے کھڑے ہو گئے اور ٹریفک گزرنے کا انتظار کرنے لگے، اچانک بچی تیزی سے سڑک پار کرنے کے لئے دوڑی آپ گھبرا کر اس کے تعاقب میں بھاگے، اچانک کار کے بریک چرچرائے اور اس کار کا رُخ سڑک کی بجائے شمال کی جانب ہو گیا۔ آپ نے تیزی میں بڑھ کر بچی کو گود میں اٹھا لیا جو سڑک پار کر کے باغ والی طرف پہنچ چکی تھی۔ حادثے سے بال بال بچی تھی۔ اچانک آپ کے ذہن میں اسی قسم کا بیس سال قبل کا واقعہ تصویر بن کر اُبھر آیا اور ایک ایک کڑی دوسری میں پیوست ہوتی چلی گئی۔ اسی طرح وہ واقعہ جو ہمارے سامنے یا ساتھ پیش آیا ہو تحت الشعور میں محفوظ رہتا ہے اور جب چاہتے ہیں اس واقعہ کو شعور میں لے آتے ہیں ——————

لاشعور:- یہ ہمارے ذہن کا تیسرا حصہ ہے اگر ہم یہ کہیں کہ یہ دونوں حصوں سے زیادہ طاقت ور ہوتا ہے تو بے جا نہ ہوگا۔ یہ تحت الشعور سے ایسے واقعات لے کر محفوظ کر لیتا ہے۔ جس نے شعور کو بے طرح متاثر کیا ہو۔ یہی ذہن کا وہ قیمتی حصہ ہوتا ہے، جو تحت الشعور سے ملکر عظیم قوتِ مخفی کی پرداز کے لئے بھی اکساتا رہتا ہے۔ جب ہم اپنی مخفی قوت کو بیدار کرتے ہیں تو یہی قوت ہمیں ڈسک آمیز شخصیت بنانے میں اہم کردار ادا کرتی ہے، یہ ہماری زندگی کا دوست، بہت بڑا رفیق ہے۔ یہ ہمارے لئے بہت سی آسانیاں

ہی فراہم نہیں کرتا۔ بلکہ ہماری شخصیت کو درجہ حیثیت کے درجہ پر فائز کر کے دیگر انسانوں میں ممتاز بنا دیتا ہے۔ لیکن جیسا کہ ہم پہلے آپ کو بتا چکے ہیں، ہر چیز کے دو رُخ ہوتے ہیں، مثبت اور منفی۔

اس کا منفی رُخ انسان پر حاوی ہو جائے تو اس کی زندگی اجیرن ہو جاتی ہے۔ حیات کے تمام رنگ سمٹ کر سیاہ دھبہ بن جاتے ہیں۔ کیونکہ ہماری تمام حیوانی جبلتیں لاشعور کے قبضہ میں ہوتی ہیں۔

جیسا کہ ہم بیان کر چکے ہیں اس کام سے کوئی بھی ایسا واقعہ جو معمولی نوعیت ہو جو کسی نہ کسی طور ہمیں متاثر کر گیا تھا۔ لاشعور اس واقعہ کو محفوظ کر لیتا ہے لیکن ایسا ہماری ایما پر ہوتا ہے۔ لاشعور ہمارے ذہن کا وہ اہم حصہ ہے جو تمام ان واقعات کو جو متاثر کن ہوتے ہیں اپنے اسٹور میں محفوظ کر لیتا ہے اس کے لئے عمر کی کوئی قید نہیں ہے۔ ممکن ہے وہ واقعہ اس وقت پیش آیا ہو جب آپ بچے ہوں۔ ممکن ہے اس واقعے سے آپ کے جسم میں خوف کی لہر متحرک ہو گئی ہو۔ آپ کی زندگی کا کوئی بھی حادثہ، واقعہ کس قدر ہی پرانا کیوں نہ ہو۔ کاٹ کباڑ کی طرح ملبہ میں دبا رہتا ہے اور وہ کسی بھی لمحہ آپ کو پریشان کر سکتا ہے۔

مثال کے طور پر آپ کسی کے گھر میں مہمان گئے، جس کے گھر آپ مہمان ٹھہرے تھے وہ دل کے مریض ہیں اور انہیں پہلے بھی دل کے اٹیک ہو چکے ہیں۔ ایک روز آپ اس خاندان کے دیگر افراد کے ساتھ کمرے میں بیٹھے تھے ٹی وی پروگرام دیکھ رہے تھے۔ سب کی نظریں ٹی وی اسکرین پر مرکوز تھیں،

اچانک پڑے صاحب چیخ مار کر اچھلے اور صوفے سے زمین پر ڈھیر ہو گئے گھر کے تمام افراد ان کی جانب دوڑے چھپکلی ان کے کپڑوں سے تیزی سے نکلی اور نظروں سے غائب ہو گئی۔

دراصل قصہ یہ ہوا کہ تمام حضرات ٹی وی پروگرام میں محو تھے، ایک چھپکلی جو چھت پر چپکی ہوئی تھی، اچانک ان صاحب کے کپڑوں پر آگری اور دہشت سے وہ صوفے سے اچھل کر فرش پر گر پڑے، ایک تو وہ پہلے ہی دل کے مریض تھے، اس دہشت سے ان کی حرکت قلب ہمیشہ زندگی کا ساتھ چھوڑ گئی لیکن آپ کے ذہن میں ایک خوف گھر کر گیا کہ ان کی موت کا سبب صرف چھپکلی ہے اور اس خوف نے آپ کے تحت الشعور کو محفوظ کر لیا۔ کیونکہ یہ ایک متاثر کن واقعہ ہے۔ اس لئے لاشعور نے اسے فوراً اسٹور کر لیا۔ اور آپ جب بھی کسی چھپکلی کو دیکھتے ہیں۔ وہ واقعہ لاشعور، شعور کے حوالے کر دیتا ہے اور آپ خوف سے لرز اٹھتے ہیں۔ اس قسم کے اور بھی بے شمار واقعات زندگی میں رونما ہوتے رہتے ہیں جو لاشعور میں اس وقت تو محفوظ ہو جاتے ہیں لیکن یہ واقعات آپ کے لئے کسی بھی وقت پریشانی کا باعث بن سکتے ہیں

ضمیر

ضمیر ---- اس طرح بہت سے غلیظ واقعات جو آپ سے اچانک سرزد ہو گئے یا آپکی موجودگی میں ہوئے ہوں۔ مثلاً ایک دوست کسی لڑکی کو ورغلا کر آپ کے پاس لے آیا اور آپ نے اسے اپنے کمرے میں دو گھنٹے وادِ عیش دینے کی اجازت دیدی۔ لیکن چند ہی لمحے بعد آپ کے ضمیر نے ملامت کی اندر اندر سے کوئی پکار پکار کر کہنے لگا۔ یہ غلط ہے، تم نہایت انسانیت سوز حرکت کر رہے ہو اپنے دوست کو روکو، لیکن اس کے ساتھ ہی ایک آواز اور آپ کو ورغلا رہی ہے کہ کیا فرق پڑتا ہے چھوڑو اسے کرنے دو وہ جو کچھ کرتا ہے۔ مجھے بھی زندگی کے اس رنگ سے لطف اٹھا لینا چاہیئے

آپ نے محسوس کیا یہ دونوں آخر کیا چیز ہیں، جو اچھائی اور برائی

دونوں کی وکالت کر رہے ہیں۔ یہ آپکا لاشعور ہے جو برائی کی ترغیب دے رہا ہے اور دوسرا آپ کا ضمیر ہے ——————

دراصل ہمارا جسم پر لاشعوری خواہشات کا ردِ عمل صرف اس وقت ہوتا ہے جب محتسب ضمیر اپنی گرفت کمزور کر دے تو ہم سے بہت سے نازیبا کام اور حرکتیں سرزد ہو جاتی ہیں، جو بعد میں لاشعور ان حرکتوں کی تصویریں دیکھا دیکھا، ہماری زندگی کو اجیرن بنا دیتا ہے اور ہم اعصابی مریض بن جاتے ہیں۔ جب ضمیر کی گرفت ڈھیلی ہوتی ہے تو اس قسم کا واقعہ جنم لے لیتے ہیں۔ ——————

جب تک ضمیر شعور کی ہدایت پر عمل کرتے ہوئے درمیان میں کھڑا رہے گا۔ لاشعور اپنی خواہشات کی تکمیل کروانے میں دشواری محسوس کرے گا، تاقتیکہ وہ خواہشات اتنی شدت اختیار نہ کر جائے کہ وہ ضمیر پر حاوی ہو جائیں۔

سیلف ہیلپ —— کے ماہر بننے کے لئے یہ ضروری ہے کہ آپ اپنے ضمیر کو مضبوط اور توانا رکھیں۔ جس ضمیر کی قوت بدرجہ اتم موجود رہنی چاہیئے تاکہ آپ اپنی لاشعور کی غلط حرکات، خواہشات اپنے ضمیر سے قابو میں رکھ سکیں ——————

یاد رکھیئے انسان جو غلطیوں کا پتلا ہے، خواہشات نفسانی کا غلام دنیاوی ہوس کا فرعون۔ یہ کسی وقت آپ کو فریب دیکر، طاقت کے بل پر انسانیت کے پاکیزہ جسم کو داغ دار کر سکتا ہے۔ جیسا کہ میں آپ کو بتا چکا ہوں لاشعور ہمارے تمام اچھے اور برے واقعات کو اسٹور

کر کے رکھ لیتا ہے جبکہ یہ چیز وقتی طور پر ہمارے شعور کی سطح سے یکسر غائب ہو جاتی ہیں لیکن یہ یاد رکھیں کہ یہ ہمیشہ کے لئے غائب نہیں ہوتیں۔ آپ یہ سوچ رہے ہیں کہ آپ نے ایک دکان پر ڈیوٹی کے دوران دس ہزار روپیہ بڑی صفائی سے غائب کر دیا اور مالک کو خبر تک نہ ہوئی

اس قسم کی تمام چیزیں ہمارے لاشعور میں جمع ہوتی رہتی ہیں اور بیچینی رہتی ہیں کب موقع ملے اور وہ باہر نکلیں اور جب بھی انہیں موقع فراہم ہوتا ہے یہ لاشعور سے تحت الشعور میں داخل ضرور ہوتی ہیں۔ لیکن اسے تیزی میں عبور کر کے شعور کی سکرین پر نمودار ہو جاتی ہیں

لاشعور اس وقت بھی آپ سے ہمدردی کرنے کی پوری کوشش کرتا ہے جب آپ چوری کر رہے ہوتے ہیں، اگر اس مقام پر آپ کو اس حرکت سے کوئی روکتا ہے تو وہ آپکا ضمیر ہے یہ آپکا وہ مہربان چوکیدار ہے جو برائی سے پنجہ کش کرتا ہے۔ یہی ہے غلیظ یادوں کو جو آپ سے کسی وقت سرزد ہو گئیں تھیں، ابھرنے سے روکتا ہے اور انسان کو آئندہ ایسا کرنے سے روکتا ہے۔

اس لئے آپ نے اکثر محسوس کیا ہو گا کہ آپکی پرانی یادیں، واقعات بہروپ بدل بدل کر شعور تک پہنچنے کی کوشش کرتے ہیں اور بار بار تصویریں نمودار ہو کر خارج ہوتی رہتی ہیں۔ یاد رکھئے اگر اپنا ضمیر اگر پوری سچائی کے ساتھ آپ کی جبلتوں کو مکمل تصویر کے شعور کے حوالے کر دے تو انسانی دماغ کی رگیں پھٹ جائیں اور اس کی موت واقع ہو جائے۔ اس لئے

آپ کو چاہیئے ہر کام کرتے سے قبل اپنے ضمیر سے مشورہ ضرور کر لیں۔
یہ آپ کو کبھی غلط مشورہ نہیں دے گا اور ڈیلی میتھی کے لئے تو لازم ہے کہ آپ
ضمیر کو دوست رکھیں۔

مرچو
اے مالک کل میرے والدین پر رحم فرما

قوتِ حواس

جیسا کہ آپ جان چکے تحت الشعور ہمارے ذہن کی درمیانی منزل ہے
اور جب چاہے شعور اور لاشعور دونوں میں سے جس سے چاہیئے اپنی ضرورت
کی چیزیں لے سکتا ہے۔ لاشعور بھی تحت الشعور کا محتاج ہے۔ جب تک
تحت الشعور ـــــ شعور سے کوئی بھی واقعہ لیکر اسٹور نہیں کریگا۔
لاشعور اس سے کیسے حاصل کر سکتا ہے۔

اس لئے ہم تحت الشعور کی قوت کا اندازہ لگائیں کہ اس میں کتنی
توانائی موجود ہے۔ اس کی کارکردگی کیا ہے اور یہ کیسی شکل و صورت کا
ہے۔ لیکن اس سے قبل ہمیں انسانی حواس کا جاننا ضروری ہے۔ تاکہ ہم۔
اپنے تحت الشعور کی توانائی کا اندازہ صحیح طریقے سے کر سکیں گے۔

ہمارے حواس کی تعداد ماہرین روحیت سولہ شمار کی ہے جبکہ پانچ سے اکثر و بیشتر حضرات واقف ہیں۔

۱- حواس باصرہ	۲- حواس سامعہ
۳- حواس لامسہ	۴- حواس ذائقہ
۵- حواس شامہ	۶- ماورائے حواس باصرہ
۷- ماورائے حواس سامعہ	۸- ماورائے حواس لامسہ
۹- ماورائے حواس ذائقہ	۱۰- ماورائے حواس شامہ
۱۱- چھٹی حس	۱۲- حرارت پیما حس
۱۳- توازن حس	۱۴- قربت حس
۱۵- عضلاتی تناسب حس	۱۶- وزن حس

ان حواس کے ذریعے ادراک جو نتیجہ اخذ کرتا ہے اسے عقل کہتے ہیں اور انسان کے تمام قواعد اسکے فرمان کی اطاعت فرض ہے۔ اس سلسلے میں آپ مضمون "تہذیب نفس" میں کافی تفصیل پائیں گے جو ہم نے اس کتاب میں خاص طور پر شامل کیا ہے۔

زیادہ تر ہم جس حواس کے بارے میں سنتے ہیں وہ ہے حواس خمسہ، جسے باطنی یا ظاہری حواس بھی کہا جاتا ہے۔ لیکن کبھی یقیناً آپ نے چھٹی حس کے بارے میں سنا ہوگا" میرا یہ کام ہو جائے گا۔ میری چھٹی حس کہہ رہی ہے"۔ آج میں سفر پر نہ جا سکوں گا۔ میری چھٹی حس بتا رہی ہے۔ اس قسم کے الفاظ آپ اکثر و بیشتر ضرور سنتے ہوں گے۔

حواس کے بارے میں ہر انسان کچھ نہ کچھ ضرور جانتا ہے۔ دیکھنا، سننا سونگھنا، چکھنا۔ چھونا ——————

باصرہ، دیکھنا —— سامعہ، سننا —— لامسہ، چھونا ——

ذائقہ، چکھنا —— شامہ، سونگھنا ——————

یہ تمام حواس خمسہ کہلاتے ہیں۔ جن کا تعلق براہ راست ہمارے دماغ کے نرم گوشوں سے ہے۔ ہمارا خیال ہے ان حواس خمسہ کے بارے میں تفصیل میں جانا مناسب نہیں۔ ہم مضمون کی صحت کو برقرار رکھتے ہوئے مقصدیت کی طرف آتے ہیں۔ جیسا کہ ہم سولہ حواس کی تفصیل آپ کو بتائی ہے۔ ان میں پانچ کا ذکر تو ہم کر چکے ہیں۔ جبکہ پانچ کا تعلق حواس خمسہ کی طرح ہمارے باطن ہے جسے ہم باطنی خمسہ کہتے ہیں۔ اس سے قبل بھی ہم آپ کو اس کی تفصیل سے آگاہی دے چکے ہیں، لیکن آپ کی آگاہی کو ملحوظ رکھتے ہوئے ماہرین ترتیب درج ذیل ہے ——————

۱- ماورائے باصرہ	۲- ماورائے سامعہ	۳- ماورائے لامسہ
۴- ماورائے ذائقہ	۵- ماورائے شامہ	

جس طرح حواس خامسہ ذہنی بصیرت سے آپ کے لئے کام کرتے ہیں۔ اس طرح یہ بھی وہی فرائض کی ادائیگی کرتے ہیں۔ لیکن باطنی طور پر۔ اسکی مزید تفصیل ماسوائے صفحات کی سیاہ کاری کے کچھ نہیں۔ اس سے کتاب کی ضخامت تو بڑھ سکتی ہے۔ لیکن آپ کے لئے کوئی خاص معلوماتی صفحہ عطا نہیں کر سکتے۔ اس لئے ہم گیارہویں حواس کے بارے میں آپ کو آگاہی دینگے۔

چھٹی حِس

روحیت کے تمام ماہرین اس بات پر متفق ہیں کہ چھٹی حِس انسانی زندگی میں روح کی حیثیت رکھتی ہے۔ یہ انسان کی زندگی کی محافظ ہے اور خطرے سے پیشگی آگاہی دیتی ہے اور وہ قوتیں جسے آپ دیکھنے سے قاصر ہیں، ایسی نادیدہ دشمن قوتوں سے آپ کو محفوظ رکھتی ہے۔

مثلاً۔ آپ رات کو ایک ویران گلی سے گزر رہے ہیں۔ اچانک آپ کو یوں محسوس ہوا کہ گلی کے موڑ پر کوئی موجود ہے۔ ممکن ہے وہ چور ہو، آپ فوراً خبردار ہو گئے۔ یہی آپ کی چھٹی حِس ہے جس نے آپ کو نادیدہ طاقت سے خبردار کیا، اس قسم کے بہت سے حادثے، واقعات آپ کی زندگی میں رونما ہوتے ہوں گے۔ جو لوگ اپنی چھٹی حِس کی قوت سے واقف ہوتے ہیں اور اس کے اشاروں کو بہتر طور پر سمجھتے ہیں وہ اپنی زندگی میں بہت سی کامیابیاں صرف اس کی بدولت حاصل کر لیتے ہیں اور بعض اوقات پیشگی اطلاع دے کر اپنے قریبی دوستوں کو محوِ حیرت بھی کر دیتے ہیں۔

گیارہویں حِس

حرارت پیما حِس (حرارتی حِس)

اس حِس کا تعلق آپکے اعصابی نظام سے ہے آپ نے کبھی توجہ کی کہ آپ کی ریڑھ کی ہڈی میں ایک علیحدہ نظام مصروفِ عمل ہے اور یہ حِس ہمارے اعصابی نظام کی ہر حرکت، درجہ حرارت کی خبر دماغ کو پہنچاتی ہے۔ بخار درد، جسمانی کوئی بھی عارضہ جس کا تعلق حرارت ہو۔ اس کا فرض ہے دماغ کو فوراً آگاہ کرے تاکہ فوراً اس کے علاج کی جانب توجہ دی جائے،

جسمانی تمام حرارت کی معلومات دماغ کو فراہم کرنا اس کا فرض ہے۔ اس کی اطلاع بروقت اور صحیح ہوتی ہے۔

وزنِ حِس ـــ (میزانِ حِس)

آپ نے اکثر دیکھا ہوگا، ایک بوری چاولوں کی بھری رکھی ہے آپ نے بغیر چھوئے، ہاتھ لگائے یا اندازہ لگالیا کہ اس کا وزن سو کلو گرام ہوگا۔ اس طرح آپ یا دیگر افراد بہت سی چیزوں کو اندازے سے میزان کہہ کے وزن بتا دیتے ہیں اس کے سوا آپ ایک لوہے کا پلنگ اٹھا گھر لے جاتے ہیں۔ چند قدم کا فاصلہ طے کرنے کے بعد آپ کو یہ اندا ہوگیا کہ کم از کم یہ تیس کلوگرام سے کم کا نہیں ہے۔ اس پلنگ کو اٹھا کے بعد آپ کو اس کا اندازہ ہوا۔

آخر آپ کو یہ اندازہ کیونکر ہوا۔ یہ آپ کی وزن کرنے والی حِس ہے جس نے دماغ کو مطلع کیا کہ آپ کے کندھے پر کم از کم اتنا وزن ہے۔ ا حِس کا کام ہے کہ وزن کا میزان کرے۔

توازنِ حِس ـــ (متوازن حِس)

اس حِس کا کام ہے کہ آپ کے توازن کو برقرار رکھے۔ اس حِس کا کام ہمارے کانوں کے نیچے حصوں میں کیلشیم کے بالدار دانے ہیں۔ یقیناً اس حِس کے بارے میں آپ کو حیرت ہوئی ہوگی نظامِ قدرت کی باریکیوں کو سمجھنا آگاہی پانا ہر ذی شعور کے لئے اس قدر آسان نہیں۔ اس کی حکمت کو جاننے کے لئے نہ جانے مفکروں نے کتنا عرصہ صرف کیا ہوگا۔

یہ حِس انسان کے متوازن کی ضامن ہے طبعی طور پر کشش ارضی پر مستحکم کھڑا رکھتی ہے۔ انسان جب بھی کشش ارضی کے خط سے غیر متوازن ہوتا ہے ہلتا، گرتا، پھسلتا، دائیں بائیں مڑتا۔ اُچھلتا ہے تو یہ حِس طبعی طور پر اسے اپنے خطِ ارضی کشش پر قائم و متوازن رکھتی ہے۔ اپنا بھرپور کردار ادا کرتی ہے۔ انسان اسکی وجہ سے غیر متوازن نہیں ہوتا۔ اس کے جسم کا توازن برقرار رہتا ہے

قربتِ حس ـــــ (محسوس قربت)

آپ کی منگنی طے ہوگئی، ایک سال بعد شادی ہونے والی ہے، آپ نے اپنی ہونے والی شریک زندگی کو دیکھا اور نہ ہی اس کی تصویر سے ہی آشنائی ہوئی۔ لیکن آپ اس کی قربت کو محسوس کرنے لگے ہیں اور اس کے بارے میں آپ نے رائے بھی قائم کرلی ہے۔ کیسی عجیب بات ہے، آپ نے نہ اسے دیکھا نہ چھوا۔ لیکن اس کی قربت کو محسوس کرنے لگے۔ یہ حس جانوروں میں انسان کے مقابلے میں بہت زیادہ پائی جاتی ہے۔ اسے ہی قربت حس کہتے ہیں۔ نابینا حضرات میں عام لوگوں کی نسبت یہ حس زیادہ ہوتی ہے۔

عضلاتی حس۔ (عضلاتی تناسب قائم رکھنے کی حس)

یہ حس آپ کے جسم کے تمام عضلاتی نظام کی ذمہ دار ہے۔ اس کی ذمہ داری ہے کہ آپ کے مختلف اعضاء کی حرکات و سکنات کو ضبط کرکے اسے سلیقے، اصول، ترکیب سے چلائے، آپ نے کبھی غور کیا جب آپ اپنا سیدھا پاؤں بھاگنے کے لئے دراز کرکے آگے بڑھاتے ہیں تو اس کے تعاقب میں دوسرا پاؤں اپنے اعلیٰ ترتیب سے آتا ہے۔ کیے بعد دیگرے قدم اٹھاتے ہیں رفتار اور تحرکت کا تناسب برابر ہوتا ہے۔ یہی اس حس کے فرائض ہیں۔

انسانی جبلت کیا ہے

انسانی جبلت کو فطرت کی بہتر بینی سے معمور کرتے ہیں۔ انسانی جبلت کی شوید سری اسے آدمیت کے مقام سے گرا کر پستی کی اس کیچڑ میں لا پھینکتی ہے جہاں تہذیب کی خلاظت کے سوا کچھ نہیں ہوتا۔ یہ سب ہمارے لاشعور سم کار جاں ہوتی ہیں۔ جو شعور کو اپنے اختیار میں کرلیتا ہے۔ لاشعور کی عشوہ طرازیاں شعور کی بدولت ہی شروع ہوتی ہیں۔

آپ وہی کام کرتے ہیں جس کا تجربہ آپ کو ہو چکا ہوتا ہے۔ آپ اس چیز ہی کی تصویر کشی کرتے ہیں جو چیز کہ آپ دیکھ چکے ہوتے ہیں۔ جس چیز کو آپ نے کبھی دیکھا نہیں، اگر کوئی اس کا نام لے تو آپ کے ذہن میں کوئی تصویر نہیں ابھرتی۔ اگر آپ بہرہ ہوں تو الٹا سیدھا مبہم سا خاکہ کسی شے کا ابھرتا ضرور ہے۔ لیکن آپ اس کے خدوخال کے

بارے میں صحیح عکاسی کرنے سے معذور رہتے ہیں۔ کیونکہ آپ کے شعور نے کبھی اسے دیکھا نہیں ہوتا۔ پھر کیونکر آپ کا شعور صرف نام سے اسے کوئی شکل دے سکتا ہے۔ کتا، بلی، اونٹ، مرغی، ہاتھی، شیر آپ اکثر دیکھتے رہتے ہیں۔ اس لئے ان کے بارے میں سوچتے ہی شعور خاکہ بنا دیتا ہے۔ اس سے آپ باخوبی اس بات سے واقف ہو گئے ہوں گے کہ آپ کا شعور اسی تجربے کو دہراتا ہے۔ جو آپ کے لاشعور میں محفوظ ہو۔ جیسا کہ آپ کو معلوم ہے لاشعور سابقہ حادثات و واقعات کو محفوظ کر لیتا ہے اور انہیں کے زیر اثر کام بھی کرتا ہے۔ لیکن اس کی کارگزاریاں منفی ہوتی ہیں۔ جہاں کہیں بھی اس کو موقع میسر آتا ہے وہ شعور کو محکوم بنا لیتا ہے۔

لاشعور کی بنیادیں چونکہ جبلت پر استوار ہوتی ہیں۔ وہ ہر لمحہ مصروف عمل رہتا ہے۔ کسی سبب کام کرتے کرتے تھکن سے کراہنے لگتا ہے تو دماغ سے قوت طلب کرتا ہے۔ اگر وہ سردست میسر نہیں ہوتی تو وہ دوسری جانب رجوع کرتا ہے یعنی اعصابی نظام سے برقی لہروں کا طالب ہوتا ہے وہ کوشش ضرور کرتا ہے لیکن جب اسے کہیں امداد فراہم نہیں ہوتی تو وہ مایوس ہو جاتا ہے اور اس طرح آپ کے پورے لاشعور میں گڑبڑ ہو جاتی ہے۔ اس کے نتائج انسانی زندگی کو اپاہج بنا دیتے ہیں۔

انا

انا ـــــ کیا ہے۔ جو انسان کو بعض اوقات بڑی بڑی مشکلوں میں مبتلا کر دیتی ہے اور کبھی کبھی تو زندگی سے بھی ہاتھ دھونے پڑ جاتے ہیں۔ خاندان تباہ ہوتے ہیں تہذیبیں مسخ ہو جاتی ہے۔

انا ـــــ ہماری جبلت وہ زہریلا سانپ ہے جو ہر لمحے انسان کو ڈسنے کے لئے پھن پھیلائے رہتا ہے۔ یہ ہماری جبلت کی وہ تصویر ہوتی ہے جسے دیکھ کر آدمیت کے رونگٹے لرزہ بر اندام ہو جاتے ہیں۔ انسان اپنی انا کے اس سانپ کی پرورش کو سب سے زیادہ فوقیت دیتا ہے۔ اس کے زہریلے اثرات کی وجہ سے بھی انسان خود وہ کچھ سمجھنے لگتا ہے۔ جسے عام زندگی میں وہ قصور انسان گناہ تصور کرتا ہے۔ کبھی وہ خدائی دعویٰ کرتا ہے تو کبھی پیغمبر کے عہدہ پر خود کو فائز کہتا ہے۔ کبھی کسی بے گناہ کے قتل کو اپنی "انا" ـــــ بنا

لیتا ہے۔ کبھی اپنی ہی اولاد کا گلا گھونٹنا "انا" — برتری قرار دیتا ہے۔

اگر اس "انا" — کے سانپ کو کوئی قابو کر سکتا ہے تو ضمیر کی پٹاری ہے۔ صرف آپ کا ضمیر ہی آپکی "انا" — کی سرکشی کو روکنے میں آپکا معاون ہو سکتا ہے ——————

ضمیر :- آپ کی وہ پاکیزہ اور منصف حس ہے جو آپ کے غیر اخلاقی، غیر انسانی، آدمیت کے کردار پر دلالت کرتا ہے اور آپ کو ہر اس برے کام سے روکنے کی کوشش کرتا ہے جو آدمیت کے معیار کو زخم آلود کر سکتا ہو۔ لیکن اس کے سوا اکثر اوقات "انا" — ضمیر کی سرزنش کے سوا اپنی جبلت پر اتر آتی ہے۔ دراصل جبلت، "انا" — اور ضمیر یہ تینوں ایک دوسرے سے منسلک ہیں۔ ان تینوں کی کشمش انسان کے شعور سے شروع ہوتی ہے اور موت کی نیند تک جاری رہتی ہے۔ کبھی ضمیر — "انا" — کو زیر کر لیتا ہے۔ کبھی — "انا" — جبلت سے ناطہ جوڑ لیتی ہے ——————

انسانی فطرت لذت پرست و لالچی واقع ہوئی ہے۔ اس کی جبلت ان دونوں اشیاء کی کارفرمانیاں دیگر چیزوں سے زیادہ ہے۔

سب سے زیادہ لذت پرستی انسانی جبلت کا حصہ ہے وہ بہر وظیفہ جنسی کی تسکین چاہتا ہے۔ دنیا میں وظیفہ جنسی کی خاطر انسان کیا کچھ نہیں کیا۔ قتل، لوٹ مار، مذہب کی تکذیب، وہ اپنی تسکین کے لئے سب کچھ کر گزرتا ہے۔ زر، زمین، زن کے لالچ میں اس انسان

جسم فروشی سے لیکر دین فروشی تک سے دریغ نہیں کیا۔ اس کی وجہ یہ تھی کہ اس کی جبلت نے ضمیر کا گلا گھونٹ کر مار دیا تھا۔ اور جب ضمیر مر جائے تو انسان نیکی بدی کی تمام تمیز کھو دیتا ہے۔ اس میں حیوانیت عود آتی ہے اور وہ اس لمحے صرف اپنی تسکین چاہتا ہے، اگر ہم اپنی شخصیت کی تشکیل چاہتے ہیں تو ہمیں چاہیئے اپنے ضمیر کو زندہ رکھیں اور اپنے زندہ رکھنے کے لئے ان منحوس طاقتوں سے بچیں جو "انا" اور جبلت کی لہروں میں ہمارے ذہن کے نرم گوشوں کو اپنا مسکن بنائے ہوتے ہیں۔

تہذیب نفس

اِس کتاب میں اس مضمون کی اہمیت کا اندازہ آپ کو مطالعہ کرنے کے بعد ہی ہو سکتا ہے۔ چونکہ علم روحیت کیلئے نفسیات کو سمجھنا اور اس کا ردعمل جاننا از حد ضروری ہے اس کے بغیر ——— یا اسے جانے بغیر آپ علم روحیت کے اسرار و رموز کو سمجھنے سے قاصر رہیں گے ———

یہ مضمون جناب پروفیسر محمد سجاد مرزا بیگ کی ان ——— خاص الخواص تحریروں میں سے ہے جنہیں ادب ہی میں نفسیات میں ایک مقام حاصل ہے۔ یہ مضمون انکی کتاب "حکمت عملی" کے تیسرے ایڈیشن سے ماخوذ ہے جو اکتوبر ۱۹۳۲ء میں اشاعت ہوا تھا۔

یقیناً آپ اس مضمون کی صحت سے پوری طرح مستفیض ہوں گے اور علم روحیت میں اس کی افادیت کو تسلیم بھی کریں گے ———

جسم انسان میں جتنے اعضاء ہیں وہ کسی نہ کسی کام کے لئے بنائے گئے ہیں۔ ان میں سے بعض رعیتوں کی طرح کام کرتے ہیں اور بعض خادموں کی طرح اِن احکامات کو بجالاتے ہیں جو اعضاء ایسی تحریک پیدا کرتے ہیں کہ انسان کسی فعل کا مرتکب ہو۔ اعضاء باطن دل، دماغ اور جگر ہیں اور جو اعضاء ان باطنی اعضاء کے حکم کی تکمیل کرتے ہیں یعنی ان تحریکوں سے متاثر ہو کر کوئی کام کرتے ہیں اعضاء ظاہری ہیں۔

مثلاً ہاتھ، پاؤں، آنکھیں، کان، ناک، زبان وغیرہ ———

جس طرح اعضاء ظاہری کے کام جُدا جُدا ہیں کہ ہاتھ کام کرتے ہیں۔ پاؤں چلتے ہیں، آنکھیں دیکھتی ہیں، کان سنتے ہیں، ناک سونگھتی ہیں اسی طرح اعضاء باطنی کے کام جو ان افعال کی تحریک کرتے ہیں۔ الگ الگ

ہیں مثلاً ایسے کاموں کی تحریک جو کوئی نفع حاصل کرنے یا کسی مضرت کی دفع کرنے کی غرض سے ہوں دل سے پیدا ہوتی ہے اور ہاتھ پاؤں وغیرہ اسکو انجام دیتے ہیں، عمدہ عمدہ کھانے، نفیس نفیس شربت پینے فاخرہ لباس پہننے، خوشبو سونگھنے، سیر و تماشے دیکھنے، گانا سننے اور تمام اقسام کی لذتیں اور حظ حاصل کرنے کی تحریک جگر سے پیدا ہوتی ہے اور آنکھیں، کان، زبان وغیرہ اعضاء ان خواہشوں کو پورا کرتے ہیں۔

دماغ کا کام ان دونوں اعضا سے جدا اور زیادہ شریف ہے وہ ان دونوں کے احکامات کو جانچتا اور تمیز کرتا ہے اور بھلے بُرے کی تنقیح کرتا اور غور و فکر کرنا، پچھلی باتیں یاد رکھنا اور نتائج نکالتا ہے۔ دل و جگر کی بے جا تحریکوں کو روکتا اور ان میں محاکمہ اور تصفیہ کرتا ہے۔ کام کی اس تقسیم کے لحاظ سے دماغ کا مرتبہ زیادہ شریف اور زیادہ اعلیٰ ہے اور اس کا کام بھی نازک اور ذمہ داری کا ہے۔

دل و جگر جو دفع ضرر اخذ نفع کی تحریکیں پیدا کرتے ہیں، دماغ کے ماتحت اور فرمانبردار ہیں۔ باقی اعضا ظاہری بمنزلہ آلات ہیں کہ ان کاموں کے پورا کرنے اور عمل میں لانے کا ذریعہ ہیں۔ دماغ کی اس قوت کا نام جو بھلے بُرے میں تمیز کرتی اور دل و جگر کی تحریکات کی جانچ پڑتال کرتی ہے "قوتِ ادراک ہے" اور دل و جگر کی خواہشات کا نام جو جلب منفعت اور دفع مضرت کی غرض سے ہوں ——— "قوتِ تحریک" ہے ———

دل و جگر نے اپنے کاموں کو پورا کرنے کا آلہ اعضاء ظاہری کو قرار دیا ہے اور وہ ان ہی کے ذریعوں سے اپنی خواہشات کو پورا کرتے ہیں۔ دماغ کا کام چونکہ کام لینا نہیں بلکہ کاموں کی تنقید و تنقیح کرنا اور ان کا ایسا انتظام رکھنا ہے کہ مصلحت کے خلاف نہ ہو اس لئے اس نے مدرکات کی تمیز کا ذریعہ اس کو قرار دیا ہے۔ یہ حواس قوتِ ادراک کے آلات ہیں۔

ان میں پانچ حواسِ ظاہری ہیں اور پانچ حواس باطن۔

حواسِ ظاہر:- ۱۔ باصرہ ۲۔ سامعہ ۳۔ شامہ ۴۔ ذائقہ ۵۔ لامسہ کہلاتے ہیں اور حواسِ باطن:- ۱۔ حسِ مشترک ۲۔ خیال، ۳۔ فکر ۴۔ وہم ۵۔ ذکر ہیں

حواسِ ظاہر اور حواسِ باطن کے ذریعے ادراک جو نتیجتاً قائم کرے وہ "عقل" ہے۔ انسان کے تمام قوا کو اس کے فرمان کی اطاعت فرض ہے اور جب تک عقل تمام قوا بدنی پر مسلط ہے اور یہ سب عقل کے ماتحت اپنے فرائض کو انجام دیتے ہیں۔ انسان کا انتظام درست رہتا ہے اور وہ انسانیت کے رتبے سے گرنے نہیں پاتا ورنہ یہ نہ ہو تو باقی تمام تحریکیں تو حیوانات میں بھی پیدا ہوتی ہیں، لیکن وہ اپنی تحریکوں پر اتنا قابو نہیں رکھتے کہ انہیں روک سکیں۔

انسان اور حیوان میں فرق پیدا کرنے والی قوت عقل ہی ہے اور عقل ہی کے راستے پر چلنا انسان کا رتبہ بڑھاتا ہے اور اسکو مدارجِ

کمال تک پہنچاتا ہے۔ اس قوت کو جو انسان و حیوان میں فرق پیدا کرتی ہے "قوت نطق" کہتے ہیں۔ اور اسی کا نام "نفسِ ملکی" اور نفسِ مطمئنہ ہے یہ قوت تمام امور نظری میں فکر کرتی اور اشیاء میں تمیز کرتی ہے اور اس سے کاموں کی حقیقت میں غور و تامل کرنے اور طبیعت میں صحیح نتائج پر کاربند ہونے کا شوق پیدا ہوتا ہے۔

باقی دو قوتیں بہائم اور انسان میں مشترک ہیں۔ ان میں سے ایک کا نام "قوتِ غضبی" ہے جس کو نفسِ بہیمی بھی کہتے ہیں۔ اس کے اثر سے غصہ اور غضب پیدا ہوتا ہے اور انسان، ہولناک اور خوفناک کام کرنے میں دلیری اور جسارت کرتا ہے۔ اس قوت کے اثر سے دوسروں پر قابو پانے، جاہ و مرتبت میں بلندی اور رفعت کی خواہش پیدا ہوتی ہے اور کھانے پینے، پہننے اور نکاح اور لذائذِ دنیا سے متمتع ہونے کا شوق پیدا ہوتا ہے ——————

یہ دونوں قوتیں بقاءِ جسم اور بقاءِ نوع کے واسطے عطا ہوئی ہیں۔ ان تینوں قوتوں کو باعتدال کام میں لانا تمام اخلاق کی بنیاد ہے اور انسان کی فضیلت و شرف یا رذیلت و خساست کا انحصار ان قوتوں کے جادیے جا استعمال پر ہے ——————

قوتِ ناطقہ، قوتِ غضبی اور قوتِ شہوی کے اعتدال پر رکھنے اور ان سے حسبِ مناسب کام لینے سے تین فضیلتیں حاصل ہوتی ہیں۔ جب حرکتِ نفسِ ناطقہ اعتدال پر ہو اور طبیعت میں یہ شوق

ہو کہ صحیح اور یقینی معرفت اور حقائق نفس الامر کی معلومات حاصل کرے تو علم حاصل ہوتا ہے اور مسائلِ علم پر کاربند ہونے سے "حکمت" حاصل ہوتی ہے۔ جب قوتِ نفسی کو اس درجہ پر رکھا جائے کہ حدِ اعتدال سے باہر نہ ہو اور اسی قدر تسلط و ترفع حاصل کرے جو عقل کے نزدیک محمود ہے تو اس حرکت سے علم حاصل ہوتا ہے اور یہ تبعیت "شجاعت" حاصل ہوتی ہے اور جب قوتِ شہوی کو اعتدال رکھا جائے اور جس قدر جائز لذات ہیں ان سے زیادہ حفظ حاصل کرنے کی خواہش کو ضبط کیا جائے تو "عفت" حاصل ہوتی ہے اور اس کے ساتھ "سخاوت" بھی ——————

جس طرح مختلف ادویہ کے باہم ترکیب دینے سے ایک خاص معجون تیار ہوتی ہے اس طرح ان تینوں قوا کی حفاظت اور ان فضیلتوں کے امتزاج و اعتدال سے ایک خاص حالت و کیفیت پیدا ہوتی ہے کہ دراصل وہی کمالِ اخلاقِ انسانی ہے اس فضیلت کو "عدالت" کہتے ہیں۔

یہ فضائل جو قوا نفسانی کے تحفظ و تسالم سے پیدا ہوتے ہیں، تمام انسانی فضائل کی جڑ اور اصل ہیں۔ باقی اور فضائل فروع کی طرح ان ہی سے پیدا ہوتے ہیں۔ چنانچہ حکمت سے بہت سے پہلو ہیں مگر یہ سات زیادہ مشہور ہیں۔ اوّل۔ ذکاء، دوئم۔ سرعتِ فہم، سوئم صفائی ذہن، چہارم، سہولتِ تعلیم، پنجم۔ حسنِ تعقل، ششم۔ تحفظ ہفتم۔ تذکر ——————

مقدمات سے یہ سہولت نتیجہ نکالنے اور قضیوں کو جلدی سے سمجھ کر فوراً مطلب سمجھ جانے کے ملکہ کو ذکا کہتے ہیں۔

ملزومات کو دیکھ کر بلا وقت لوازم کا لگانا سرعتِ فہم ہے۔

صفائی ذہن کے یہ معنی ہیں کہ نفس کو بلا اضطراب و تشویش مطلوب کے استخراج کا ملکہ حاصل ہو جائے۔

حسنِ تعلیم یہ ہے کہ جو کچھ حاصل کرنا ہے، اسکی طرف توجہ کرنے کا اتنا ملکہ ہو کہ اکتساب میں پریشانی خاطر حارج نہ ہو۔

حسنِ تنقل اسے کہتے ہیں کہ ہر امر میں بحث کرنے اور حقیقت کے انکشاف میں ایسی حد کا خیال رکھیئے کہ نہ تو ضروری باتیں ترک ہو جائیں نہ زائد غیر ضروری داخل ہوں۔

تحفظ کی تعریف یہ ہے کہ جو صورتیں عقل یا وہم نے فکر یا خیال کے ذریعے سے حاصل کی ہیں وہ ضبط میں رہیں۔

تذکر کے یہ معنی ہیں کہ جو صورتیں حافظہ میں محفوظ ہیں۔ جب چاہے ان کو ظاہر کر سکے قوتِ غضبی کو اتنا قابو میں رکھنا کہ وہ عقل کے حکم کے خلاف نہ کرے اور اگر ضرورت ہو تو ہولناک تعلقات اور خوفناک موقعوں میں قدم رکھتے وقت ہراس یا خوف نہ آئے نہ خطرات کے مقابلے کے وقت ثابت قدمی میں تزلزل پڑے شجاعت کہلاتا ہے۔ جب یہ ملکہ حاصل ہو تو اس کے ساتھ اور بہت سے اوصاف حاصل ہوتے ہیں جو بجائے خود ایک فضیلت ہیں۔

مثلاً۔ کبرِ نفس، نجدت و دلیری، بلند ہمتی، ثبات۔ علو۔ سکون شہامت، تحمل، تواضع، حمیت، رقت۔

کبرِ نفس یہ ہے کہ جو حالت انسان پر لایدی طور پر واقع ہو خواہ اچھی ہو یا بری تونگری کی یا افلاس کی بزرگی کی ہو یا خواری کی نفس کو اسکی پرواہ نہ ہو اور جو حالت خود انسان کی غلطی سے اس پر نہیں پڑی، اگرچہ بظاہر خراب ہو۔ مگر نہ دولت کی خواہش نہ فقیری سے عار۔ زمانے کے رنگ بدلنے اور اپنی تغیرِ حالت کا کوئی اثر نہ انفعال۔ لیکن یہ حالت بے حیائی کی وجہ سے نہیں، بلکہ نفس کے استغنیٰ کی وجہ سے حاصل ہونی چاہیئے۔ کہ نفس میں ملکاتِ شریفہ کی حقیقت اتنی قائم ہو گئی ہو کہ ظاہری اور عارضی باتوں کی اسے پروا نہ ہو اور جو بزرگی اکتساب کمال اور کالعدم معلوم ہوں اور انسان میں اتنی قدرت پیدا ہو جائے کہ وہ ملائم نا ملائم اور خوش گوار اور ناگوار امور کا یکساں تحمل کر سکے ——————

نجدت یہ ہے کہ جب خوف و خطر کا سامنا ہو اور ہولناک امور پیش آئیں تو انسان جزع و فزع نہ کرنے لگے اور اس کے ایسے چھکے چھوٹ نہ جائیں کہ نامنتظم حرکتیں ظہور میں آنے لگیں بلکہ نفس کو ثبات و وثوق حاصل رہے ——————

علو ہمت کا مرتبہ بہت بڑا ہے جب حاصل ہوتا ہے —— کہ اکتسابِ کمال اور طلبِ فضیلت دنیاوی منفعت حاصل کرنے یا

یا مکروہات کو دُور کرنے کے لئے نہ ہو انسان کو کوئی عارضی یا غیر حقیقی
نفع حاصل کرکے شادماں اور کسی ناخوشگوار امر کے پیش آنے سے ملول
نہ ہو یہاں تک کہ نہ جان کی پرواہ ہو نہ مرگ کا خوف۔

ثبات کی تعریف یہ ہے کہ رنج و غم، الم و فکر، سختی و تکلیف کے
مقابلے کی قوت پیدا ہو اور یہ چیزیں انسان پر زیادہ اثر نہ ڈالیں اور جب
قلب صدمہ پہنچتا ہے اس سے زیادہ شکستہ نہ ہو، غصہ و غضب
کیفیت کو روکنے اور ضبط کرنے کا نام حلم ہے اور حلم سے نفس کو
طمانیت حاصل ہو جاتی ہے کہ غضب و غصہ کی تحریک جلد ہی متاثر
نہیں کر دیتی اور انسان کبھی مغلوب الغضب نہیں ہوتا۔

سکون ایسے معاملات اور منازعات میں ثابت قدمی کو کہتے
جو دین کی حرمت یا قوم و ملک کی عزت قائم رکھنے کے لئے پیش
تاکہ خفت نہ اُٹھانی پڑے۔

شہامت یہ ہے کہ نفس میں بڑے بڑے کام کرنے کی حرص
خواہش اسلئے پیدا نہ ہو کہ نیک نامی حاصل ہو یا بہت سا ثواب ملے
جسمانی تکالیف اُٹھانا اور راحتوں کی پروا نہ کرنا تاکہ کوئی
فضیلت حاصل ہو، تحمل ہے۔

تواضع کے معنی یہ نہیں کہ انسان ایسی خاکساری اختیار کرے
اپنے رتبے سے گر جائے بلکہ یہ معنی ہیں کہ اپنے رتبہ پر قائم رہے
جو لوگ کسی لحاظ سے مرتبے میں اس سے برتر ہیں اُن پر اپنے تئیں

نہ دے ——————

حمیت یہ ہے کہ دین و مہذب کی حمایت یا حرمت و عزت کے
قیام اور حفاظت میں کوئی بات نہ اُٹھا رکھے اور جس طرح ممکن ہو حفاظت
میں سعی کرے۔

ابنائے جنس کو مصیبت یا کسی تکلیف میں دیکھ کر قلب کا
متاثر ہونا رقت کہلاتا ہے۔ لیکن اس کے ساتھ ضرور ہے کہ خود دیکھنے
والے میں اضطراب و بدحالی نہ پیدا ہو۔

یہ حکمت و شجاعت کی خاصیتیں تھیں۔ تیسری فضیلت عفت
ہے جو قوتِ شہوانی کی تہذیب سے حاصل ہوتی ہو۔ عفت اُسے کہتے ہیں کہ
قوا شہوانی عقل کے تابع رہے اور جہاں تک ضرورت ہو اُن سے جائز طور
پر کام لیا جائے اور نفسِ امارہ کی قید اور تابعداری سے انسان آزاد رہے۔
اس قوت میں کمال حاصل کرنے سے اور بارہ فضیلتیں پیدا ہوتی ہیں جو
تمام اصولِ اخلاق کی جان ہیں۔ مثلاً حیا، رفق، حسنِ ہدی، مسامحت
وعت، صبر، قناعت، وقار، ورع، انتظام، حریت، سخا، وغیرہ

حیا یہ ہے کہ جب انسان کو کسی فعل کی برائی معلوم ہو جائے۔
تو وہ اس سبب سے پھر اس کا ارتکاب نہ کرے کہ لوگ نام رکھیں
گے یا خدمت کریں گے۔

رفق ایسے کاموں کے کرنے کو کہتے ہیں جو واجب تو نہ ہوں لیکن ان
کا کرنا کسی پر احسان کرنا ہو اور نفس میں یہ قوت پیدا ہو کہ ایسے کاموں میں

مانع نہ آئے ——————

حسن ہدی۔ کمال حاصل کرنے کی حقیقی خواہش اور سچی رغبت کا نام ہے۔ اختلاف رائے اور باہمی تنازع کے وقت برداشت کرنا یا صحیح رکھنا مسامت کہلاتا ہے۔

حرکت شہوت کے وقت نفس کا ساکن رہنا اور بے اختیار نہ ہونا وعت ہے ——————

صبر کی تعریف یہ ہے کہ خواہش نفس امارہ کا مقابلہ کیا جائے تاکہ نفس قبیح لذتوں میں نہ پڑ جائے، صبر دو طرح کا ہوتا ہے ایک تو مطلوب پر صبر کرنا یعنی جس چیز کو دل چاہ رہا ہے اگر نہ ملے تو بے قرار نہ ہونا۔

دوم، مکروہات پر صبر کرنا یعنی اگر ناگوار امور پیش آئیں یا مشکل پڑے تو جزع و فزع نہ کرنا، دوسری صورت قوت غضبی کی تہذیب سے تعلق رکھتی ہے۔

قناعت حاجتوں کے دائرے کو محدود رکھنا اور جس قدر بآسانی اور جائز طور سے مل سکے اور اس پر اکتفا کرنا ہے کہ جس قدر فی الواقع ضرورت ہے۔ اس قدر کھائے پیئے اور اشیاء مہیا رکھے، نہ یہ کہ آرائش اور نمائش کے لئے، تمام زمانے کے نادرات جمع کرے اور مال و متاع نہ صرف ضروریات کے پورا کرنے کے لئے حاصل کرے بلکہ جمع کرنے اور امیرانہ ٹھاٹھ دکھانے کے واسطے۔

وقار، شباب زدگی اور عجلت سے پرہیز کرنے کو کہتے ہیں لیکن عجلت سے پرہیز اس حد تک جائز ہے کہ مقصد فوت نہ ہو، نہ یہ کہ بجائے

وقار کے سستی ظاہر ہو اور مطلب فوت ہو جائے۔

ورع پرہیز گاری کا نام ہے یعنی نفس اعمال نیک اور افعال پسندیدہ پر کاربند ہو ان کاموں کے کرتے میں اس سے عمداً کوتاہی اور سستی ظاہر نہ ہو ——————

انتظام نفس کے اس ملکہ کو کہتے ہیں جو کاموں کا اندازہ کر سکتا ہے اور حسب مصلحت ان کی ترتیب کا خیال رکھتا ہے۔

حریت اکتساب مال سے متعلق ہے کہ انسان جائز پیشوں اور طریقوں سے مال حاصل کرے اور ناروا ذرائع اختیار نہ کرے اسی طرح مال کو جائز طور پر نیک مصارف میں صرف کرے۔ فضول اخراجات عیاشی میں نہ اڑائے ——————

سخا یہ ہے کہ انسان کو مال یا کوئی چیز دوسرے کو دینی گراں نہ گزرے۔ لیکن یہ شرط ہے کہ اسی قدر دیا جائے جتنا کہ دینا ضروری ہے اور ایسے شخص کو دیا جائے جو اس کا مستحق ہو۔

قوت ناطقہ غضبی اور شہوی کی تہذیب سے جو خاص کیفیت نفس میں پیدا ہوتی ہے وہ عدالت ہے۔ یہ کیفیت بھی تنہا نہیں بلکہ بہت سے خصائل محمودہ کا مجموعہ ہے۔ جو اپنے اپنے موقع پر ظاہر ہوتے ہیں ——————

یہ صداقت، الفت، وفا، شفقت، صلہ رحم، مکافات حسن شرکت حسن قضا، تود و تسلیم، توکل، عبادات ہیں کہ انسانیت کی شان اور

شرافت کا خاصہ ہیں۔ ان کی تفصیل تو بہت بڑی ہے۔ طوالت کے خیال سے صرف تعریفات پر اکتفا کرنا مناسب ہے تاکہ ایک اجمالی واقفیت پیدا ہو جائے۔

صداقت دوستی صادق سے مراد ہے کہ دوستوں سے دوستی اُٹھ جائے اور رابطہ اعتماد اس قدر مستحکم ہو جائے کہ انسان جو کچھ اپنے واسطے چاہے وہی دوسرے کے لئے چاہے اور جو حالت یا جو چیز اپنے لئے ناپسند ہو، وہ سب کے لئے ناپسند کرے۔

الفت یہ ہے کہ تمام لوگ باہمی معاونت پر متفق ہوں اور معاملات کی نسبت ان کی رائے و اعتقاد میں اتفاق ہو۔

وفا یہ ہے کہ جو عہد یا وعدہ کرے اس کو نبھائے اور اپنے قول سے نہ پھرے اور دوسروں کو جو معاونت یا غمخواری اختیار کر لی ہے اس کو چھوڑ نہ دے ——————

شفقت دل کا فعل ہے کہ کسی دوسرے شخص کو کوئی مصیبت پیش آجائے تو انسان کے دل پر شخص کا یہ ابتر حال دیکھ کر چوٹ لگے اور جہاں تک اپنے سے ہو اُس کی مدد کرنے اور مصیبت کے گھٹانے پر کمر باندھے۔

صلۂ رحم اپنے گھر والوں اور رشتہ داروں کو اپنے مال اور معیشت میں شریک کرنا ہے۔ مراتب ورشتہ دو طرح کے ہوتے ہیں ایک صوری اور دوسرے معنوی۔ قرابتِ صوری مثلاً ماں باپ

کی رشتہ دار، قرابتِ معنوی، استاد۔ پیر، استاد زادہ۔ احباب وغیرہ جن سے اگرچہ رشتہ داری کا تعلق نہ ہو۔ لیکن روحانی تعلقات ہوں ان سب کے ساتھ سلوک کرنا صلۂ رحم میں داخل ہے۔

مکافات یہ ہے کہ اگر کسی سے نفع پہنچے تو اتنا یا اس سے زیادہ نفع اسے پہنچائے اور اگر ضرر یا نقصان پہنچے تو اس سے کم نقصان یا دوسرے کو پہنچائے ——————

حسنِ شرکت۔ معاملات کی خوبی ہے کہ داد و ستد وغیرہ اس طرح کرے جس سے دوسرے شرکاء کی حق تلفی یا ان کی ناراضگی کا باعث نہ ہو ——————

حسنِ قضا تمدن کا انحصار ہے یعنی حسن قضاء یہ ہے کہ لوگوں کے حقوق کی نگرانی اور نگہداشت کرے اور جس قدر جس کا حق ہے وہ اسے پہنچائے، کسی کا حق اس کو دینا اس پر احسان کرنا نہیں ہے اور اس کی حق تلفی کرنا گناہ اور باعث مذمت ہے۔ لہٰذا ادائے حق میں احسان جتانا یا حق تلفی کر کے اپنے تئیں نشانہ ملامت بنانا خلاف انسانیت ہے

تودد یہ ہے کہ طبیعت کلام یا انعام واکرام یا کسی سبب سے لوگ اور فاضل شخصوں کی دوستی اور محبت حاصل کرے۔

تسلیم احکامِ خدا و قواعد شرع کے ماننے کو کہتے ہیں اور یہ ماننا بہ جبر و کراہ نہ ہو بلکہ برضا و خوشی اور بحسن قبول ہونا چاہیئے۔

توکل ایسے کاموں میں جو انسان کی قدرت و تدبیر سے باہر ہو

چکے ہوں یا جن میں انسان کو مداخلت نہ ہو، خدا پر بھروسہ کرنا اور قبول کرنا اور فضول خیالات سے دماغ نہ پکانا ہے اور یہ سمجھ لینا کہ گو اسباب اور تدبیر سے کام لینا ہمارا کام ہے۔ لیکن اس تدبیر کے مطابق نتیجہ پیدا کرنا قادرِ مطلق کے اختیار میں ہے۔

توکل کے یہ معنی نہیں کہ انسان اسباب مہیا نہ کرے یا تدبیر نہ کرے بلکہ یہ معنی ہیں کہ ان سے حسبِ دل خواہ نتیجہ نکلنا خدا کے اختیار میں جاتے ہیں۔ بر توکل زانوی اُشتر بہ بند ــــــ یا جن امور میں اسباب و تدبیر کام نہ دیتے ہوں ان کو بالکل مرضی الٰہی پر چھوڑ دے، اگر باوجود اسباب تدابیر کی قدرت کے انسان کوئی کام نہ کرے اور عمداً نتیجہ کا موقع ہو تو وہ اس بے وقوف کے مانند ہوگا کہ زراعت نہ کرے اور پیداوار کی امید رکھے

عبادت ــــــ خداوند تعالیٰ کی تعظیم و تمجید کرنا اور احکامِ شرعیہ کی پابندی کرنا ہے اس کے لئے تقویٰ اختیار کرنا اور معاصی سے احتراز ضرور ہے ــــــــــ

شجاعت اور عفت اور عدالت کے ملکات سے جو فضیلت پیدا ہوتی ہے اس کی اجمالی کیفیت ان تعریفات سے معلوم ہو سکتی ہے ان میں بعض خود انسان کے نفس سے تعلق رکھتی ہیں اور تہذیب اخلاق میں داخل ہیں۔ بعض تدبیر منزل اور سیاست تمدن سے متعلق ہیں اور ان کے اکتساب سے دوسروں کے ساتھ مدارات کرنے یا عدالت قائم رکھنے کا طریقہ معلوم ہوتا ہے۔

یہ سب فضیلتیں اور قوا، نفسانی کی تہذیب پیدا ہوتی ہیں اور ان کی پوری حقیقت بیان کرنے کے لئے ہر ایک پر ایک بسیط مضمون لکھنے کی ضرورت ہے۔ لیکن کتاب کی ضخامت سب کا مفصل حال بیان کرنے کی اجازت نہیں دیتی ــــــــــ

اشرف المخلوقات

اس لحاظ سے انسان کو اپنی اہمیت کا بدرجہ اتم احساس ہو جاتا ہے اسے تمام خلائق پر افضلیت حاصل ہے۔ دنیا میں کوئی ذی روح اس کی ہمعصر نہیں، لیکن اس انسان کو اپنے بارے میں کچھ بھی معلوم نہیں۔ اگر معلوم ہے تو اس قدر کہ اسے اللہ تعالیٰ نے اشرف المخلوقات بنا کر اس دنیا میں بھیجا ہے۔ اور قدرت نے اس کی فطرت کے لئے کچھ قوانین مرتب کئے ہیں۔ لیکن اب تک وہ ان قوانین میں سے چند ایک ہی کو پا سکا ہے۔ ابھی بہت

سے قوانین اس کی بصیرت سے اوجھل ہیں۔ لیکن جوں جوں انسان نے اپنے ذہن کے بوقلمونی گوشوں پر طبع آزمائی کرنی شروع کی۔ ہماری اس کائنات میں فطرت کے بہت سے قوانین عمل میں آ چکے ہیں۔ یہ ضروری نہیں کہ جو قوانین عمل میں آ چکے ہیں ان سب سے ہمیں آگاہی ہو۔

دراصل ہمارے پاس علم کی کوتاہی ہے۔ جب ہمیں کسی چیز کے بارے میں علم نہ ہو اور کوئی اس کا تذکرہ کرے تو ہم فوراً اس کی نفی کر دیتے ہیں یہ نہیں سوچتے ممکن ہے وہ جس قانون کی بات کر رہا ہے اس کا حقیقت میں وجود ہو، بالکل اسی طرح جب ٹیلیفون ابھی ایجاد نہ ہوا تھا اور اس کا شاہراہ عام نہ ہوا تھا۔ لوگ اس پر یقین کرنے کے لئے تیار نہ تھے۔ یہ کیسے ممکن ہے ایک باریک تار آواز کی لہروں کو دور دراز بیٹھے ہوئے فرد کو سنا سکتی ہے۔ آپ بات کر سکتے ہیں۔ لوگوں نے اسے جادو کہا۔ کسی نے شیطانی آواز سے تعبیر کیا۔ لیکن آج وہ کسی کھلونے سے کم نہیں۔

اسی طرح قوانین قدرت ہیں نہ جانے کتنے علم پوشیدہ ہیں جبکے بارے میں ہمیں کچھ بھی معلوم نہیں۔ ہماری کم علمی ہے ٹیلی پیتھی کے بارے میں کچھ ایسے کم علمی والے نظریات ہیں۔

جیسا کہ ہم پہلے ہی عرض کر چکے ہیں۔ انسان کو خود یہ معلوم نہیں اس کے وجود میں اللہ تعالیٰ نے کس قسم کی اور کیسی غیر معمولی صلاحیتیں رکھی ہیں۔ آپ کے ذہن کو اللہ تعالیٰ ایک ایسا طلسماتی آئینہ فراہم کیا ہے جس میں آپ جس شکل، جس جگہ، جس مقام کو چاہیں دیکھ سکتے

ہیں۔ لیکن اس کے لئے قدرت کے قوانین میں سے ان پوشیدہ رموز کو سمجھنا ہوگا۔ اس علم کا درس لینا ہوگا، ہمارے ذہن کو جو سچائی عطا کر سکے ممکن ہے اب تک آپ اسے "مافوق الفطرت" تصور کرتے ہیں لیکن آپ کو یہ یقین کرنا ہوگا۔ قدرت کے قوانین میں کوئی بھی علم حیات سے خالی نہیں۔ ہر علم اپنے اسرار میں زندگی کی حرارت لئے ہے اور یہ علم کی حرارت ہی تو ہوتی ہے، جو دنیا کی حیرت انگیز ایجادات کو حرارت بخشی ہے ——————

کیا آپ نے کبھی کوئی چیز ایسی دیکھی جس کا کوئی مصرف ہی نہ ہو، جسے آپ بیکار سمجھتے ہوں۔ آپ کبھی سوچتے ہوں گے۔ یہ درخت اللہ تعالیٰ نے کیوں بنائے، اب آپ ہی سوچئے اگر درخت نہ ہوتے تو پھل کہاں سے آتے۔ آپ لکڑی کہاں سے لیتے، اور آپ کے گھر میں اتنا اچھا فرنیچر کہاں سے مہیا ہوتا۔ اور پھر سب سے مفید ترین بات یہ کہ ان سے ہم تازہ آکسیجن حاصل کرتے ہیں۔ جو ہماری زندگی کے لئے ضروری ہے۔ زہریلی گیسوں کو یہ اپنے وجود میں سمو لیتے ہیں۔ کچھ لوگوں کا خیال ہے گائے بکری بھیس قسم کے جانور تو ٹھیک ہیں، لیکن یہ خونخوار درندے شیر، چیتے، نیل گائے ہاتھی وغیرہ کی کیا ضرورت تھی۔

ظاہر ہے آپ کی اپنی سوچ ہے۔ آپ نے کبھی ٹی وی کی مشینری دیکھی ہے۔ اس میں بے شمار چھوٹے بڑے آلات لگے ہوتے ہیں۔ ان سب کی کوششوں سے سکرین روشن ہوتی ہے اور نشریات دیکھ پاتے

ہیں۔ اسی طرح اس دنیا کو قائم اور نظام کو چلانے میں ان جانوروں کا بھی اہم کردار ہے ——————

اگر یہ درندے نہ ہوتے تو چھوٹے جانور چوہوں کی طرح آپ کے گھروں میں گھسے رہتے اور آپ کا جینا حرام ہو جاتا۔ اس طرح دنیا میں ہر چیز ہر جاندار، اپنا کردار قانون فطرت کے مطابق ادا کر رہا ہے۔ اس دنیا میں ہر شئے اور انتہا قوانین فطرت کے عین مطابق ہے اور کوئی بھی چیز فطرت سے بالاتر نہیں ——————

کیا آپ کو معلوم ہے کہ قوانین فطرت نے آپ کو بے پناہ طاقت سے نوازا ہے۔ آپ میں بے پناہ صلاحیتیں موجود ہیں۔ انسان کی صلاحیتوں کے کچھ مظاہر تو آپ کے سامنے ہیں اور آج وہ مظاہر آپ کی زندگی کا ایک حصہ بن گئے ہیں یہ فضا میں اڑتا ہوا جہاز، یہ ہوا کی لہروں سے ٹی وی پر متحرک تصویریں، ٹیلی فون، راکٹ وغیرہ وغیرہ۔

میں آپ کو انسان کی صلاحیتوں سے مظاہر میں آنے والی تمام اشیاء کے نام گنوانے سے قاصر ہوں۔ کیوں کہ ان کی لمبی فہرست ہے جن کو لکھنے کے لئے سینکڑوں صفحے درکار ہوں گے

ہاں تو ہم آپ کو آپکی صلاحیتوں کے بارے میں آگاہی دے رہے تھے۔ جنہیں آپ نے کبھی آزمانے کی کوشش ہی نہیں کی۔

آپ میں وہ صلاحیت موجود ہے کہ آپ اپنی بر قی لہروں کی قوت سے سینکڑوں میل کے فاصلے پر موجود شخص کو اپنی طرف متوجہ کر سکتے ہیں۔ اسے

پیغام دے سکتے ہیں اور اسے اپنا حکم ماننے پر آپ مجبور کر سکتے ہیں۔
آپ میں ہر شخص کو متاثر کرنے کی صلاحیت حتمی ہے چاہے وہ آپ سے دور ہے یا آپ کے قریب۔

آپ کے ہاتھ میں مسیحائی ہے۔ آپ نے یہاں کسی مریض کے جسم کو چھوا، اس کا مرض ہوا میں تحلیل ہو گیا۔ جس پر آپ نے نظریں جما دیں، اس کی قوتِ برداشت عشق میں بدل گئی۔ یہ تمام قوتیں آپ میں موجود ہیں۔ پھر آپ خود کو دوسروں کا محتاج، لاچار، بے بس کیوں محسوس کرتے ہیں۔ یہ صلاحیتیں کسی دوکان پر تو ملتی نہیں آپ جا کر خرید لائیں۔ نہ ہی کسی شخص کے اسٹور میں موجود ہیں کہ آپ کو عنایت کر دے۔ یہ صلاحیتیں آپ کے اندر موجود ہیں جو خود آپ کی کوشش سے آپ کو فائدہ پہنچا سکتی ہیں۔

ممکن ہے آپ نے کبھی اپنی ان صلاحیتوں کے بارے میں کبھی توجہ ہی نہ کی ہو۔ ہو سکتا ہے آپ کو یہ معلوم ہی نہ ہو کہ آپ سحر انگیز صلاحیتوں کے مالک ہیں۔ اگر معلوم بھی ہے تو ان صلاحیتوں کے ظہور سے واقفیت نہیں۔ آپ کو ان سے کام لینا نہیں آتا۔ وہ طریقہ نہیں آتا جس سے ہم اپنی صلاحیتوں سے خود بھی فائدہ اُٹھائیں اور دوسروں کو بھی اس سے فائدہ پہنچائیں۔ اس علم سے ناواقف ہیں جو ان صلاحیتوں کو از طشت بام کر سکے۔ پریشانی، بیماری کی صورت میں آپ نے اکثر حضرات کو دیکھا ہو گا۔ ممکن ہے اس قسم کے حالات آپ کے اپنے

ساتھ پیش آئے ہوں، کوئی شخص اس حالات میں آپ سے ملا۔ کسی نے آپ کو یہ بتایا کہ فلاں شخص بڑی قوت کا مالک ہے، اس میں روحانی قوت ہے۔ آپ اس کے پاس پہنچے۔ چند لمحے وہ آپ کو دیکھتا رہا اور پھر اس نے جو کچھ آپ سے بیان کیا۔ آپ کے لئے نہایت خوفناک تھا آپ کس پریشانی میں مبتلا ہیں۔ اس وقت آپ کیا سوچ رہے ہیں۔ اور یہ سب کچھ دیکھ کر آپ کو یقین ہو گیا۔ وہ مافوق الفطرت قوت کا مالک ہے اور اس پر ایمان لے آئے۔

یہ ایک حقیقت ہے کہ ایک عام انسان کے لئے جو اپنی ذہنی صلاحیتوں سے واقف نہیں۔ اس کے لئے یہ تمام چیزیں کسی بھی عجوبہ سے کم نہیں۔ لیکن آپ بھول رہے ہیں، آپ میں بھی یہ قوت موجود ہے۔

کیا مجھ میں یہ قوت ہے؟

یقیناً ہیں! آپ میں یہ قوت حتمی ہے۔ لیکن اس قوت کو حاصل کرنے سے پہلے یا اس قوت کا درس شروع کرنے سے پہلے آپ کو اپنے اوپر ایک نظر ڈالنی ہوگی۔ ایک جائزہ لینا ہوگا ——

کیا آپ میں وہ اوصاف ہیں جو اس علم کو حاصل کرنے کے لئے ایک فرد میں موجود ہونے چاہئیں۔ اگر ان میں کسی چیز کی کمی ہے تو آپ اسے پورا کیجئے۔ اگر کوئی بُری عادت ہے —— جو اس علم کی راہ میں رکاوٹ ثابت ہو سکتی ہے اسے ترک کیجئے ——

آپ کو یہ تو معلوم ہی ہے، کسی بھی عمارت کی تعمیر سے پہلے —— اس کا نقشہ بنایا جاتا ہے۔ اس کا ڈیزائن آپ کے پاس ہونا چاہیئے۔ پھر وہ زمین ہموار کی جاتی ہے، درمیان میں کوئی ٹیلہ کوئی مٹی کا ابھار

ہے تو اسے سطح کے برابر کیا جاتا ہے۔ پھر اس کی بنیادیں کھودی جاتی ہیں، پھر ستون کھڑے ہوتے ہیں۔ پھر دیواریں —— پلستر —— کھڑکی دروازے اور آخر میں رنگ و روغن ——

آپ نے دیکھا ایک عمارت کی تعمیر صرف زبانی "عمارت" کہہ دینے سے نہیں ہو جاتی۔ اس کی تعمیر کئی مراحل میں پائے تکمیل کو پہنچتی ہے۔ پھر کیونکر کوئی بھی "علم" —— "بغیر مکان، بغیر نقشے، بغیر بنیاد" کے حاصل کر سکتے ہیں —— ظاہر ہے یہ ناممکن ہے۔

آپ نے ملاحظہ کیا کہ اس شخص نے آپ کی زندگی میں نمودار ہونے والی پریشانی کو پوری صحت کے ساتھ بیان کر دیا اور یہاں تک اس وقت آپ جو سوچ رہے تھے، اس سے بھی آپ کو آگاہی دی۔ اور آپ اسے غیبی طاقت کا مالک سمجھنے لگے، حالانکہ اس میں ایسی کوئی بات نہیں تھی اور نہ ہے۔

لیکن جیسا کہ ہم آپ کو بھی بتا چکے ہیں ہر انسان میں غیر معمولی صلاحیتیں ہیں جو عام آدمی سے اس شخص کو امتیاز کر دیتی ہیں جو ان صلاحیتوں کو پہچان لیتا ہے اور اسے ایک خاص طریقے علم کے ذریعے اپنے طابع کر لیتا ہے یہ ہماری بھول ہے غلط فہمی ہے کہ ایسے حضرات فوق الفطرت ہوتے ہیں۔ آپ یقین کر لیں، اس کائنات میں فوق الفطرت کوئی چیز نہیں۔ آپ بھی یہ غیر معمولی قوت اپنے وجود میں پیدا کر سکتے ہیں۔ اس کے لئے آپ "ٹیلی پیتھی" کے علم کے تمام اسرار و رموز کو جاننا

ہوگا ——————

ہر انسان کی یہ خواہش ہوتی ہے کہ وہ جلد سے جلد تیزی سے کامیاب زندگی کا دامن تھام لے۔ اس لئے سنِ بلوغت کے بعد جد و جہد میں مصروف عمل ہو جاتا ہے۔ زندگی کو کوئی بھی لائحہ عمل کیلئے ہمیں دو راستوں میں سے ایک کا انتخاب کرنا ہوگا۔ ——————

یہ کائنات جب سے وجود میں آئی ہے اور انسان نے شعور کی آنکھ سے کائنات کو دیکھا۔ اس کے سامنے دو ہی تصور رہے ہے ایک نیکی اور دوسرا بدی کا، اور انسان کو ان دونوں راستوں میں سے صرف ایک کا انتخاب کرنا ہوتا ہے ——————

ظاہر ہے انسان ہونے کے ناطہ ہر فرد کی یہ خواہش ہوتی ہے نیکی کے راستے سے اپنی منزل کا سفر طے کرے، لیکن اس کے ساتھ جو خیر و شر کی صلاحیتیں انسان کے اندر موجود ہیں۔ یہ انسان کی اپنی ذات پر منحصر ہے وہ کس منزل کا تعین کرتا ہے۔ انسان اگر نیکی سعادت کی منزل کی جانب محوِ سفر ہو تو فرشتے اس کی راہ میں کہکشاں بچھا دیتے۔ اور معبود حقیقی اسے فرشتوں سے اعلیٰ مقام عطا کرتا ہے جبکہ یہی انسان بدی، گناہ کو کامیابی کا جان کر رختِ سفر ہوتا ہے تو ذلت، رسوائیاں، گناہ کی سیاہی اسکا مقدر بن جاتی ہے۔

اس لئے انسان کو چاہیئے ہمیشہ اس راستے، اس منزل کا انتخاب کرے جو اسے اس دنیا میں بھی اعلیٰ مقام پر فائز کرے اور اپنے خالق کے

وہ لوگ ہوتے ہیں جو نیکی سے فرار حاصل کر کے دنیاوی آسائش کے لئے خود کو شر کے سپرد کر دیتے ہیں۔ انسان ہمیشہ سے غلط فہمی کا شکار رہا ہے اور یہ غلط فہمی ہی انہیں سورج کی چمک زندگی کی روشنی سے تعبیر کر کے اندھی کھائی میں اتار دیتی ہیں۔

دراصل یہ سورج کی ان آتشیں شعاؤں کو اپنی زندگی کی روشنی سمجھ لیتے ہیں۔ انہیں نہیں معلوم ہوتا ہے کہ اس کے قریب جتنی تیزی سے جائیں گے۔ اس کی تیز آتشیں شعاعیں جسم کو جھلسا کر رکھ دیں گی۔ چہرہ بھیانک ہو جائے گا۔ دماغ پگھل کر بہہ جائے گا اور پھر اس جھلسی ہوئی زندگی کے پاس ماسوائے کرب و اذیت کے کچھ نہ رہے گا۔ کرب انگیز کراہیں اور سسکیاں فضا میں ارتعاش ضرور ہوگا لیکن اس جھلسی ہوئی زندگی کا علاج ناممکن ہے۔

اس دنیا میں کامیاب اور سرخرو وہی لوگ ہوتے ہیں۔ جو مسلسل جد و جہد کرتے ہیں۔ عام راستہ اپنانے کی بجائے اپنے لئے خاص راستہ تلاش کرتے ہیں۔ اور اس راستے کا تعین کرنے کے بعد (دنیاوی آسائش کے لئے نہیں) قلب کی آسائش کے لئے اپنے سفر کا افتتاح کرتے ہیں۔ اس سفر میں ان کے پاس آسائش زادِ راہ کی بجائے عظیم مقصد ہوتا ہے۔ تھکن اور راستے کی دشواریوں سے یہ لوگ گھبراتے نہیں اور نہ ہی تھک کر کسی ایک مقام پر بیٹھ کر تقدیر کا رونا روتے ہیں بلکہ اپنی جد و جہد کا سلسلہ روز بروز زیادہ محنت، لگن سے

حضور بھی سرخروئی کا سامان بنا سکے۔

بعض حضرات کا نظریہ ہے کہ وہ شر اور خیر دونوں کو زا
کے رہبر، دوست بنا کر اس منزل کی مسافت طے کریں۔ جہاں سا
الوداع کہہ کر اسے ہمیشہ کے لئے گہری نیند کے حوالے کر دے
لوگوں کی مثال ہمارے موجودہ معاشرے میں حتمی موجود ہے۔ ایک طر
تو یہ لوگ رشوت کے ذریعے لمبی لمبی رقمیں وصول کرتے ہیں دو
جانب وہ خیر سے جمعہ کی نماز بھی ادا کرتے ہیں۔ اور بقرعید پر ا
بھاری بھرکم بکرا ذبح کرتے ہیں۔

اسی طرح دودھ فروش ہیں جو پوڈر دودھ پانی کی ملاوٹ سے
کماتے ہیں اور دو سال بعد فرائض کی بجا آوری کے لئے بذریعہ
حج کا رکن ادا کرنے چلے جاتے ہیں۔ معاشرے کا ہر پانچواں فرد
دہرے راستے پر گامزن ہے۔

لیکن آپ نے یہ بھی دیکھا ہوگا۔ یہ لوگ سکون سے محروم ہیں
لمحہ ایک انجانا خوف ان کے اعصاب کو جکڑے رہتا ہے۔ نیند
جیسی نعمت ان کے سفر کی تھکان میں ان کی کوئی مدد نہیں کرتی۔
فطری نعمت کو ان سے کوئی ہمدردی نہیں۔ معاشرے کے ہر فرد کو
ہے یہ حرام خور ہے، کوئی بھی انہیں تعظیم کی نگاہ سے نہیں دیکھ
یہی لوگ جب اذیت میں مبتلا ہوتے ہیں تو فوق الفطرت قسم
لوگوں کے قدموں میں اپنا سر رکھ دیتے ہیں۔

ستوار کرتے ہیں۔ _____

انسان میں وہ تمام قوتیں موجود ہیں جو اسے عام انسانوں سے بلند و
بنا سکتی ہیں۔ آج جیسے آپ فوق الفطرت کہتے ہیں کل یہ خوبیاں
میں بھی ہو سکتی ہیں۔ لیکن اس کے لئے آپ کو سچائی سے ناطہ جوڑنا
کا اپنی جبلت سے لڑنا ہوگا۔ اس راستے پر سفر کرنا ہوگا جہاں ہر سو
اندھیرا ہے دور _____ بہت دور روشنی کی کرنیں اس
سے، تاریکی کا سینہ چاک کر رہی ہیں۔ راستے میں متوازن سڑکیں
بھیانک ریگستان ہے۔ اونچے نیچے ٹیلے، قدموں کا اکھڑنا دشوار،
گھٹنے تک ریت، سفر کی عدالت مشکلات کا غماز ہے۔ یہاں کوئی
نہیں، پا پیادہ سفر کو پاٹنا ہے۔

اس نخلستان میں جانا ہے، جہاں ٹھنڈے پانی کا چشمہ پیاس
نے کے لئے موجود ہے۔ ہرے بھرے درخت ہیں اور ان درختوں سے
چھن چھن کر سکون، شیریں طمانیت کی افشاں بکھیر رہی ہیں۔

یہی وہ مقام ہے جہاں آپ نے اپنی صلاحیت کا ثمر پانا ہے۔
شناخت کرنا ہے۔ انسان کی اپنی پہچان ہوتی ہے۔ جب انسان
پہچان ہو جائے تو وہ اس روشنی کی حقیقت کو پالیتا ہے جس کی
ستان میں بکھر رہی ہیں۔ یہ روشنی کیسی ہے یہ کس چیز کی روشنی ہے
کی روشنی ایسی نہیں ہو سکتی، نہ ہی کوئی برقی رو ہی اس کی ہمعصر ہو سکتی
اور نہ ہی یہ کوئی الاؤ ہے ۔ پھر یہ کیسی روشنی ہے۔

انسان جب خود شناس ہو جاتا ہے۔ اس میں خود شناسی کے تمام اسرار خود بخود کھلتے چلے جاتے ہیں اور پھر وہ روشنی کی اس حقیقت کو پا لیتا ہے جو اس کے ذہن کے اُفق پر معمہ بنی ہوتی ہے۔ جب انسان اپنی پہچان کر لیتا ہے تو پھر وہ اپنے خالق کو پہچاننے میں غلطی نہیں کر سکتا۔ وہ اپنے معبود کے رموز کو جان لیتا ہے۔ پھر اس کے لئے اسرار، معمہ نہیں رہتے اور پھر اس کے لئے دنیا کی امارت، جاہ و جلال، جاہ و حشم دھول کے سوا کچھ نہیں۔ دھول کی حیثیت ہی کیا۔؟

کسی بھی لمحے ہوا کی تندی اس کے وجود کو ذرات بنا کر نابود کر سکتی ہے۔ ہوا میں کتنے اسرار و رموز پوشیدہ ہیں۔ اسے جاننا ایک عام فرد کی حیثیت کہاں۔ اس ہوا میں وہ برقی رو میں مصروف عمل ہیں۔ انسان صرف اپنی صلاحیتوں ہی سے ان کا کھوج لگا سکتا ہے۔ ہوا جو نظر نہیں آتی ــــ لیکن جسم کے ہر حصّہ میں اسے محسوس کیا جا سکتا ہے ــــــــ

ایسی ہی برقی لہریں آپ کے ذہن میں موجود ہیں جسے دیکھا نہیں جا سکتا لیکن آپ محسوس بھی اس وقت تک نہیں کر سکتے جب تک آپ اپنی صلاحیتوں کے کھوج کو زندگی کا نصب العین نہ بنا لیں۔

یاد رکھئے! انسان میں قدرت نے بے پناہ صلاحیتیں عطا کی ہیں۔ لیکن اس نے کبھی ان صلاحیتوں سے زندگی کو روشن کرنے کی کوشش ہی نہیں کی۔ آپ کے دماغ میں ایسی خصوصیات موجود ہیں جو آپ کو دور دراز ہوئے شخص کے بارے میں تمام معلومات فراہم کر سکیں جو آپ کی تلا

کے قیاس سے بھی بعید ہے ــــــــــــ

روحیّت کیا ہے

اکثر لوگ یہ سوال کرتے ہیں اور بہت سے ذہنوں میں بڑے عجیب و غریب وسوسے پائے جاتے ہیں۔ روحیّت کو ویسے بھی بے شمار نام سے تشبیہہ دی جاتی ہے۔ جنتر منتر، جادو، ٹوٹکا، سفلی علوم، فسوں سازی، نظر بندی، طلسمی تعویزات، علوی عملیات، حاضرات ارواح، پراسرار جڑی بوٹیاں اس کے سوا بے شمار نام ہیں جنہیں اہم تفصیلاً یہاں تحریر کرنے سے معذور ہیں۔

اس میں شک نہیں کہ روحیّت ایک ٹھوس حقیقت ہے۔ یہ ایک باقاعدہ علم ہے۔ لیکن جہاں تک روحانیت کا تعلق ہے وہ اپنی جگہ ایک ناقابل تردید حقیقت ہے۔ لیکن عرفان صرف ان افراد کو حاصل ہوتا ہے جو اپنے رب کی وحدانیت میں فنا ہو جاتے ہیں۔ جو خود کو شناخت کر لیتے ہیں، ــــــــــــ

خود شناسی ـــــــ خدا شناسی کا بہترین ذریعہ ہے

یہ اس روشنی کو پالیتے ہیں، جسے "نور" کہا جاتا ہے۔ اس نور سے رب العزت اپنے ان بندوں کو ہی روشنی عطا کرتا ہے جو صرف اس کے ہو جاتے ہیں، کوئی شخص بھی اس نور کی قوتوں کا اندازہ نہیں لگا سکتا۔ جس سے کروڑوں افراد فیض پاتے ہیں۔ ان بدبخت تصورات کی حیثیت کیا؟ ان میں وہ بدبخت ہوتے ہیں جو شیطانی قوت سے پراسرار علوم پر دسترس حاصل کر کے لوگوں پر حکمران بننے کی کوشش کرتے ہیں لیکن اس نور کے سامنے ماسوائے پرچھائیں کے کچھ نہیں۔ ظالم کتنا ہی طاقتور، شہ زور کیوں نہ ہو، موت کے روبرو اس کی حیثیت ماسوائے مٹی کے کچھ نہیں ـــــــ

موت اور زندگی کا اختیار سوائے میرے رب کے اور کسی کو نہیں۔

علم روحانی کے مقابل سفلی علم کی حیثیت کیا ہے۔ ماسوائے موت کے اور کچھ نہیں ـــــــ

علمِ روحانیت :- علم روحانیت اور علم روحیت میں بہت بڑا فرق ہے، ہم نے مختصر طور پر علم روحانیت پر چند سطریں تحریر کی ہیں۔ لیکن علم روحیت کے بارے میں تفصیلاً آپ کو آگاہی دینے کی کوشش کریں گے

رُوحیت :- اپنی صلاحیتوں کے اظہار کا نام ہے وہ صلاحیتیں جو آپ کے اندر موجود ہیں۔ ایسی مخفی صلاحیتیں جو آپ کو بے پناہ قوت عطا عطا کر سکتی ہیں۔ کچھ لوگ اسے عقیدہ سے معمور کرتے ہیں اور کچھ اسے روحانی عرفان کا درجہ دیتے ہیں۔ حالانکہ یہ سب غلط ہے۔ رُوحیت

اس سائنسدان کی طرح کا ایک علم ہے۔ جس نے اپنے ذہن کی قوت کو استعمال کیا۔ اپنی صلاحیتوں کو آزمایا، جہاز بنایا، ریل گاڑی ایجاد کی ٹیلیویژن، کمپیوٹر کو دنیا سے روشناس کرایا۔ روحیت بھی ایسا ہی علم ہے۔ جس طرح آپ کار چلانے کے لئے باقاعدہ کورس کرتے ہیں۔ ٹریننگ لیتے ہیں۔ کمپیوٹر کے اسرار و رموز کے لئے باقاعدہ کلاسیں کرتے ہیں۔

اسی طرح "روحیت" پر عبور حاصل کرنے کے لئے بھی باقاعدہ تربیت کی ضرورت ہوتی ہے اسے وقت درکار ہے اور ساتھ توجہ اور یکسوئی بھی۔

ٹیلی پیتھی ـــــــ ٹیلی پیتھی علم روحیت کی شاخ ہے جو آپ کو اپنی صلاحیتوں کے اظہار کا موقع فراہم کرتی ہے۔ آپ کے ذہن میں پوشیدہ قوتوں کو سرگرم عمل کرتی ہے، لیکن اس کے لئے جیسا ہم پہلے بتا چکے ہیں، توجہ اور یکسوئی پہلی شرط ہے۔ دوسری شرط آپکا ذہن ہر آلودگی سے پاک ہو ـــــــ

۱:- اگر آپ کسی جگہ پر ملازمت کرتے ہیں تو آپ کو یا تو بہت محنتی، خدمت گذار، چست اور اس کام کی اہمیت سے آگاہ ہونا چاہیئے۔ جو اس کی ذمہ داری میں شامل ہے یا اپنے مالک کے مزاج، اس کی طبیعت اور مذاق سے پوری طرح واقف ہو، وہ اپنے مالک کو کس طرح خوش رکھ سکتا ہے۔ بروقت اسکی خوشنودی حاصل کرنے میں آپ کا

ہر اقدام قابلِ ستائش ہوگا۔

اگر آپ نے ان رموز اور انکی اہمیت کو جان لیا تو پھر آپ کیلئے کامیابی کا ہر در کھلتا چلا جائے گا۔ لیکن اس در کو کھولنا اس قدر آسان نہیں۔ اس در کو کھولنے کے لئے آپ کو اپنی ذہنی قوت صرف کرنی ہوگی کسی علم یا ہنر کو پانے کے لئے انسان کو کچھ کھونا پڑتا ہے۔ محنت درکار ہوتی ہے۔ لیکن علمِ روحیت کو پانے کے لئے آپ کو اس علم کا طابع ہونا ہوگا۔ اس کا مقدم بن کر رہنا ہوگا۔ یہ آپ بھول جائیے کہ آپ کون ہیں۔ آپ کس قدر جسمانی قوت کے مالک ہیں یا آپ نے کتنی تعلیم کی ڈگریاں حاصل کی ہیں۔ لوگ آپکو عقلمند سمجھتے ہیں

ممکن ہے آپ بہت غریب ہوں لوگ آپکی عزت بھی نہ کرتے ہوں اور ان لوگوں کے درمیان آپ باوقار شخصیت بن کر ابھرنا چاہتے ہوں۔ آپ یہ مقام پاسکتے ہیں یہ کوئی ایسی ناممکن بات نہیں۔ بقول شاعر ؎

مٹا دے اپنی ہستی کو گر کچھ مرتبہ چاہے
دانہ خاک میں مل کر گلِ گلزار ہوتا ہے

یہ ایک حقیقت ہے، انسان جب تک اپنی خواہشات نفسانی بجبلت اپنے اغراض کے تابوت میں قوتِ ارادی کی کیل نہیں ٹھونکتا۔ اس وقت تک یہ ناممکن ہے کہ وہ اپنی شخصیت کو وہ بلندی دیکھا سکے۔ جس کی تمنا کئے بیٹھا ہے۔ انسان کو مخفی علوم پر عبور پانے کے لئے

آپکو اپنے نفس کی پل صراط سے گزرنا ہوتا ہے اور یہ پل صراط کا سفر کوئی معمولی سفر نہیں، تلوار کی دھار سے تیز تر دھار پر اپنے نفس کو چلانا ہوگا اگر آپ نے اپنے نفسِ امارہ کو طابع کر لیا تو پھر آپ کے لئے یہ سفر اس قدر دشوار نہیں رہے گا اور علم روحیت کے اسرار آپ پر آشکار ہوتے چلے جائیں گے وہ اسرار جو اب تک آپ کے لئے ماسوائے خواب کے رنگین ہیولے کے اور کچھ نہیں۔

مرچو
پر رحم فرما ..... آمین

انسان اور نفسِ امارہ

دنیا کے ہر ملک میں عجائب گھر بنے ہوئے ہیں اور ہزاروں سیاح تجسس شوق میں عجائباتِ عالم کی زیارت کے لئے محوِ سفر رہتے ہیں کوئی اہرامِ مصر دیکھتے ہی ان کی صناعی پر عش عش کرتا ہے اور کوئی تاج محل کو دیکھتے ہی انگشت دیوارِ چین بدنداں ہوتے جاتے ہیں۔ کاش وہ یہ جانتے کہ میرے پروردگار نے جسمِ انسانی سے بڑھ کر آج تک کوئی عجیب و غریب چیز پیدا نہیں کی۔

دنیا کا سب سے بڑا عجوبہ روزگار انسان ہے اور اس کے اندر کی وہ مشینری جو بے پناہ صلاحیتوں کا مالک ہے جو بلا واسطہ روح سے کسبِ ہدایت کرتا ہے، پھولوں کی دنیا میں ایسا پھول ہے نہ حیوانی قلمرو میں کوئی ایسا حیوان ہے جو کم از کم اس کے ظاہری حسن کا مقابلہ کر سکے۔ باطنی ساخت کے لحاظ سے بھی ایسی مکمل، نازک مگر طاقتور، پیچیدہ اور کارآمد کہ ایسی کوئی دوسری مشین تیار نہ ہو سکی۔ نباتی اور حیوانی زندگی حیرت انگیز سہی لیکن کسی مخلوق میں انسان کے ہاتھوں کی باکمال ہنرمندی نہیں پائی حیاتی اور پھر اس کے ذہن کی تخلیقی قوت جو اس مشین سے کام لیتی ہے۔ اس کی مثال دنیا کی اور کسی مخلوق میں نہیں ملتی۔

انسان بہت نازک ہے اس کا اندازہ آپ بخوبی لگا سکتے ہیں۔ یہ قلب اور یہ قالب، کو سیسے کا ایک تیز دھار چھرا، زہر کی ایک بوند یا کسی زہریلے کیڑے کا ایک ڈنگ اس کی قوت کو رد کر سکتا ہے۔ اس کی زندگی کی تمام شہ زوریوں کو سکون کی مہر ثبت کر سکتا ہے۔ لیکن اسکے سوا یہ کتنا سخت ہو جاتا ہے کہ درندے بھی اس سے دہشت زدہ رہتے ہیں۔

صحرائے اعظم کے پتھر پگھلا دینے والی گرمی اور آرکٹک کی خون کو منجمد کر دینے والی سردی کو برداشت کرتے ہوئے ساری زمین پر چھایا ہوا ہے۔ کتنا مختصر ہے اس کا عرصۂ حیات اور کس قدر سخت کوش ہے اس کی فطرت کہ زندگی کی گھڑی کو ضائع کئے بغیر وہ ایک نسل سے دوسری نسل میں جنم لیتا رہا ہے، اور اس سفر کو لاکھوں سال گزر گئے لیکن

اس کے دل کی ڈھرکن ——— وہ مسلسل اور لامتناہی ڈھرکن میں ایک پل کے لئے بھی خلل نہ آسکا۔ اگر ماضی کے کسی مقدس لمحہ میں یہ ڈھرکن خاموش ہو جاتی یا ہمارے اسلاف کے اس دوامی سلسلہ میں کوئی ہابیل ہم تک نہیں پہنچ پاتا تو ہم کہاں ہوتے۔

انسان خود آج تک اپنی اس مشینری کو نہ سمجھ سکا۔ اس کے اسرار و رموز سے ناواقف ہے، شاید ابھی اسے خود سے شناسا ہونے میں مزید صدیوں کا سفر طے کرنا پڑے، لیکن اس کے سوا یہ انسان آج بھی اس مقام پر ہے جہاں دنیا کی تمام مخلوق اس کی طالع ہے۔

اس مقام تک پہنچنے میں انسان کو طویل مسافت کی اذیتیں سہنی پڑی ہیں۔ لاکھوں سال سے اس کا یہ سفر جاری ہے اور نہ جانے کب کب تک اس کا یہ سفر جاری رہے گا۔ اس تھکا دینے والی مسافت میں ایک نسل سے دوسری نسل میں جنم لینے کے لئے اس کی دو قوت اس کی قوت، اس کی جہد کا حوصلہ، ہمت، جنسی قوت ہے۔ دراصل انسانی شعور و لاشعور جنسی جذبات کے تحت ہی افزائشی قوت پاتے ہیں۔ ممکن ہے آپ ہماری اس بات کو مضحکہ خیز تصور کر رہے ہیں، لیکن حقیقت کو آئینہ اور دروغ گوئی کی ضرورت کہاں۔"

اس کے بغیر انسانی جہد کی داستان حاشیہ آرائی کے سوا کچھ نہیں۔ بلکہ حقیقت یہ ہے کہ دیگر قوت کی طرح جنس بھی ایک طاقت ہے، بلکہ میں تو یہ کہوں گا کہ انسانی وجود کی یہ سب سے بڑی قوت ہے۔ اس قوت

سے انکار، چشم پوشی خود سے فریب کاری کے سوا کچھ نہیں۔

ماہرین نفسیات نے طویل عرصہ کے تجربات، مشاہدات سے اس چشمے کو دریافت کیا ہے، جیسا کہ ہم پہلے بھی گوش دوش کر چکے ہیں۔ اس کائنات کی انسان ایک مہیب ترین قوت ہے اور اس قوت کو عزم فراہم کرنے والا جذبہ جنس ہے یا ہم یوں بھی کہہ سکتے ہیں کہ ہمیں بے حسی کی منزل سے آگے لے جانے والا جذبہ بھی یہی ہے۔

انسان جو کہ اس کائنات کی سب سے ذہین ترین مخلوق ہے جس میں قدرت نے بے پناہ صلاحیتیں اور قوتیں عطا کی ہیں۔ ظاہری قوتیں تو انسان کو نظر آجاتی ہیں اور وہ انہیں استعمال میں بھی لے آتا ہے جبکہ مخفی قوتیں پوشیدہ رہتی ہیں۔

لیکن جنسی قوت کا تعلق انسان سے ہے اس کی گہرائی کا اندازہ لگانا از حد دشوار ہے آپ نے اکثر دیکھا ہوگا جو حضرات جنسی طور پر طاقتور ہوتے ہیں ان کا ذہن بھی قوت بخش ہوتا ہے۔

جنسی قوت کا تعلق انسانی جبلت سے ہے اور اس کا استعمال بھی انسان کے اپنے اختیار میں ہے۔ جو لوگ اپنی جنسی قوت کو غلط غیر اخلاقی راہوں پر استعمال کرتے ہیں۔ اس کے نتائج نہایت خطرناک ہوتے ہیں، اس کا مقصد ہے کہ وہ زندگی سے فرار حاصل کر رہا ہے اور یہ فرار اس سے وہ تمام صلاحیتیں چھین لیتا ہے جو اس کے اندر پوشیدہ ہیں وہ ایک طرح سے جنس کا غلام بن کر رہ جاتا ہے۔

وہ ہمیشہ اپنی نفسانی خواہشات کی وجہ سے ذہنی الجھنوں کا شکار رہتے ہیں۔ اگر ہم یہ کہیں جسمانی اور عقلی تمام قوتوں کا خزینہ جنسی جذبہ ہوتا ہے تو بے جا نہ ہوگا ——————

انسان اگر اپنے جنسی منفی اثرات پر قابو پالے تو وہ اپنے اس جذبہ سے اپنی صلاحیتوں کو قابلِ رشک بنا سکتا ہے۔ یہ جنسی جذبہ اپنے اندر اس حیوانی جبلت رکھتا ہے کہ اگر اسے قابو میں نہ رکھا جائے تو وہ انسان کو حیوان سے بھی بدتر بنا دیتا ہے۔ اسی لئے اسے نفس حیوان کہا جاتا ہے۔ یہی نفس حیوانی —— نفس امارہ کہلاتا ہے۔

اگر ہم اپنے اس حیوانی نفس پر عبور حاصل کرلیں تو ہمارے اندر کی صلاحیتیں اس قدر توانائی حاصل کر سکتی ہیں کہ انسان صرف اسکے بارے میں ایک ماہم سا تصور ہی قائم کر سکتا ہے۔

جبلت —— یہ ہمارے شعور سے پہلے انسان کی فطرت کا ایک حصہ بن چکی تھی۔ یہ کوئی موجودہ دور کی پیداوار نہیں۔ یہ جبلت ہمیں وراثت میں ملی ہے۔ آپ نے کبھی سوچا کہ انسان ابتدا سے کیا اس قدر ترقی یافتہ تھا، ظاہر ہے اس کا جواب نفی میں ہوگا۔

تاریخ از قبل کے دور کا مطالعہ ہمیں انسان کے سفر سے دلچسپ آگاہی دیتا ہے وہ جانوروں کی طرح زندگی بسر کیا کرتا تھا کیونکہ وہ خود دوٹانگوں کا ایک جانور تھا یا ممکن ہے اس دور میں وہ خود کو یہی سمجھتا ہو غاروں میں رہتا اور جنگل کے قانون کو تسلیم کرتے ہوئے ان کے

باسیوں کی مانند زندگی کے نشیب و فراز سے آگاہی حاصل کرتا شب و روز کی گردش میں رہتا۔ پتھروں کے ہتھیار بناتا اور اس سے شکار کر کے بھوک مٹانے کا سامان کرتا۔ اس وقت اس میں اور جانوروں میں جو فرق نمایاں تھا تو صرف اتنا کہ وہ دوٹانگوں سے چلتا اور اپنے ہاتھوں سے دیگر امور انجام دیتا، اسے صرف دو ہی فکر لاحق تھیں۔ ایک پیٹ بھرنا اور دیگر اپنی جان کی حفاظت کرنا۔ لیکن یہ نہیں کہ اس میں اس وقت جنسی شوریدگی نہیں تھی۔ یہ جبلت تو اس میں اس وقت بھی تھی۔ یہ جذبہ اس لمحے بھی اس میں کارفرما تھا۔ ممکن ہے یہ اس وقت جنسی وظیفہ کو انجام دیتے وقت یہ جنس مخالف جانوروں کی طرح میل کرتا ہو۔ یہ سب باتیں قبل از تاریخ کی ہیں۔

آج جو شعور انسان کو حاصل ہے۔ اس نے صدیوں کی مسافت کے بعد پایا ہے۔ دورانِ سفر فکر نے شعور کو بہت سی نئی نئی چیزوں سے آشنائی دینے کا سلیقہ عطا کیا۔ نہ جانے کتنا عرصہ ہزاروں سال یہ انسان جنگل کے قانون ہی کو زندگی سمجھتا رہا۔ اور اپنی جان کی حفاظت میں ان جانوروں، درندوں سے نبرد آزما رہا۔ انسان کی یہ کہانی لاکھوں سالوں پر محیط ہے، اور نہ ہی ہم چاہیں گے کہ ان لاکھوں اور ہزاروں امسال کی گردش میں الجھیں۔"

ہمارے کہنے کا مقصد صرف اس قدر ہے کہ یہی انسان جو آج اس زمین کا ناخدا بنا ہوا ہے۔ اس انسان نے موجودہ دور تک ——

ایک طول ترین مسافت طے کی ہے جس کا تصور بھی بعید القیاس ہے۔ ہمیں صرف اتنا ہی جان لینا کافی ہے کہ انسان نے اپنی تمام عمر صرف اپنی جان کی حفاظت میں گزاری اس وقت اس کے لئے اپنی جان کی حفاظت ہی کرنا بہت بڑا کارنامہ تھا۔ اس کے سامنے دنیا کے قدآور و خوفناک جانور تھے۔ سرد، گرم موسم تھے، اسے اپنی جان کی حفاظت کے لئے کن کن مراحل سے گزرنا پڑا ہوگا۔ وہ خوفناک جانور جو اب اس دنیا میں اپنا وجود نہیں رکھتے ہم انہیں مصوّر کی خیالی تصویروں میں دیکھ کر ان کی ہیبت کا اندازہ لگا سکتے ہیں۔

ارتقائی انائی سے مراد تخلیقی شخصیت کا ارتقا ہے۔ یہ صرف انسان ہی کی ہمت و شعوری فکر تھی کہ وہ حیاتیاتی تعینات کے شکنجے سے نکل سکا۔ کہ آدمیت کی حیوانوں کے مقابلے میں اسکی سرد قامتی کھلی جیت ہے۔ گردش وقت نے اس کے شعور کو دعوتِ فکر دی۔ اور رفتہ رفتہ اس میں کارکشائی کا آفرین، کار سوزی کی صفات پیدا ہونے لگیں اور اس نے شعور کی عالم آرا قوت کا سہارا لے کر جنگل کے قانون کی کڑی پابندیاں توڑ ڈالیں اور یوں وہ فکر و خیال کی جولانیوں کے لئے شعور کے میدان میں اتر آیا۔ زندگی کی وہ پہلی جست ہے جہاں وہ صرف زندہ رہنا چاہتا ہے اور اس کا یہی ایک مقصد تھا۔

مخلوقات محض محبت و اتفاق کی راہ دیکھتے اور انہی کی داد و دہش پہ جیتے تھے لیکن اپنی جبلت کے ہاتھوں اس میں حیوانیت اب بھی تھی

وہ اب بھی ان ہی درندوں اور وحشیوں کی طرح جنگ و جدل پر آمادہ نظر آتے ہیں آج جبکہ انسان خود کو مہذب کہتا ہے۔ لیکن اس کی جبلت میں وہی درندگی کی پستی ہے جو ہزاروں صدیوں قبل تھی۔

گو کہ انسان اب بھی حیوانی اقتسابات کے لحاظ سے فطرت کا مفتوح ہے۔ لیکن انسان کی حیثیت سے وہ اپنی بنائی ہوئی دنیا کا آپ مالک ہے۔ اگر ایک طرف زمین عطیہ غیبی ہے تو دوسری طرف اس بنجر زمین کو اس انسان ہی نے اپنی عقل و محنت سے مسخر کیا ہے۔

اس طرح انسان فکر و عمل کی قوتوں سے مسلح ہو کر طویل اور تھکا دینے والے زمانوں کو عبور کرتا گیا۔ جذبہ و تسخیر اس کی زندگی کا شعار رہا۔ بالائی سطحوں کا مطالعہ کرتا۔ بحری اور ہوائی موجوں کو ماپتا۔ فاصلوں کی سمت کو جغرافیائی اکائی کی حیثیت دیتا۔ علم کو زندگی کا خادم کر بکھری ہوئی انسانیت کو ایک نقطہ پہ لاتا۔ محنت و الم کو گھٹا کر انسان کی راحتوں میں اضافہ کرتا اور وباؤں اور مہلک امراض پر قابو پا کر موت کو زیادہ سے زیادہ طبعی بنا دیتا۔ یہ سب کچھ انسان اور انسانی ذہن کے معجزے ہیں۔ کیا اس سے انکار کیا جا سکتا ہے۔؟

آئینہ سے جھوٹ نہیں بولا جا سکتا ہے۔ یہ سب انسان ہی کے ذہن اور اسکی جبلت کی کرشمہ گری ہے۔ یہ سب اسی انسان کے کارنامے ہیں۔ یہ اس کے شعور اور جبلت کا کمال ہے۔ لیکن قدرت نے جو صلاحیتیں اسے دی ہیں یہ ان صلاحیتوں کی خوشبو کی مہک بھی نہیں۔ انسان یہ اس

سے کہیں زیادہ ——— بے پناہ صلاحیتیں ہیں۔ اس کرۂ ارض پر ——
فوق الفطرت ایجادات کا طلسم خیز کئے دیتا ہے۔ یہ سب اس انسان
اور اس کی جبلت کی کارفرمائیاں ہیں۔

جبلت کیا ہے ——؟ اس سوال کا جواب ہم پچھلے صفحات میں دے چکے ہیں
لیکن نفس امارہ کے حوالے سے تشریح کر دینا آپ کے ذوق کی تسکین ہوگی۔

جدید نفسیات کے ماہرین کا سب سے بڑا کارنامہ ہے کہ انہوں نے
ہماری نظر و شعور کو وہ طرز یا عرفان بخشا جو ہمیں فطرت و جبلت سے پوری
طرح قریب تر کر دیتا ہے۔ نفسیات میں سب سے زیادہ دلچسپ مگر تھکا
دینے والا موضوع جبلت ہے۔ دلچسپ اس لئے کہ زندگی کے بڑے
بڑے مسائل کا حل اس پر موقوف ہے اور تھکا دینے والا اس لئے کہ ہر ماہر
نفسیات اس کی ایسی تانا بکھیری کرتا ہے کہ متعلم کی تعلیم قائم نہیں رہتی پھ
اس مسئلہ پر ماہرین نفسیات کے درمیان جو اختلاف آرا پایا جاتا ہے اس
ہماری الجھنیں دو چند ہو جاتی ہیں، کم نہیں ہوتیں۔ یہ وہ دردِ سر ہے ——
ماہر اور مبتدی دونوں کو پریشان کئے ہوئے ہیں۔

ولیم جیمس کی نظر میں جبلت ایک قوت ہے عمل کرنے کی ——
جو اس طرح عمل کرے کہ اس سے کچھ نتائج پیدا ہوں لیکن اس نتا
کا پہلے سے خیال ہو، نہ اس عمل کی پہلے سے تعلیم ہوئی ہو۔

میکڈوگل ——— جبلت کو ایک ایسا رجحان قرار دیتا ہے جو کس
موقر کو بار بار پورا کرتا ہے۔ یہ الفاظ دیگر جبلت جزوِ فطرت اور ایسے عمل

ہو جو کسی سے سیکھا نہ گیا ہو۔ یہ مقصد صرف مطابق ماحول یا بقائے حیات ہے۔

اس لئے جبلتیں حیوانوں میں زیادہ پائی جاتی ہیں تاکہ جو کھم میں پڑے
بغیر اطمینان سے زندگی بسر کر سکیں۔ انسان کے مقابلے میں حیوانوں کا ماحول
محدود اور سادہ ہوتا ہے۔ ان کا ردِ عمل عموماً معین اور بے شعور ہوتا ہے۔ وہ
اپنی جبلتی ہدایت کے تحت اپنے آلاتِ جسمانی سے کام لیتے ہیں جبکہ انسان میں
جبلت کے ہمراہ عقل بھی پائی جاتی ہے۔ جبلت اور عقل دونوں علم کا
احاطہ کرنا چاہتے ہیں۔ مگر جبلت اپنی فطرت کے تحت بغیر سوچے سمجھے کچھ
کر جاتی ہے اور عقل کوئی قدم سوچ سمجھ کر اٹھاتی ہے، مگر یہ عقل آلاتِ جسمانی
کے علاوہ مصنوعی آلات کی ایجاد سے بھی فائدہ حاصل کر لیتی ہے۔ شعور یا عقل
کا خاص فریضہ یہ ہے کہ وہ رنگ بدلتے ماحول سے توازن پیدا کرے
اور نازک سے نازک موقع پر قابو حاصل کر لی جائے اس لئے صاحبِ
عقل سے یہ توقع کی جا سکتی ہے کہ وہ اپنی فطرتِ حیوانی کو عبور کر سکتا ہے

انسان ——— اور ادنیٰ حیوان میں ایک اور فرق یہ بھی ہے کہ حیوان
حافظہ کے ارتقاء سے محروم ہے اور انسان حافظہ کے ساتھ تخیل اور نتائج
پیدا کرنے کی صلاحیت بھی رکھتا ہے، اس لئے اس کا کوئی بھی جبلی فعل
کورانہ نہیں ہے۔ مثال کے طور پر جب کوئی بچہ پہلی مرتبہ کیڑے مکوڑے
دیکھتا ہے تو اسے کراہت سی محسوس ہوتی ہے اور وہ انہیں اپنے پاؤں
سے کچل کچل کر مار دیتا ہے۔ لیکن جب وہ ان کی لاشوں پر نظر ڈالتا ہے
تو اسے اپنی بے رحمی کا احساس ہوتا ہے اور وہ آئندہ کسی جاندار کی جان

لینے سے محتسب ہو جاتا ہے۔ اس میں تھوڑا سا لگاؤ تعلیم و تربیت کا بھی ہوتا ہے۔ اس طرح ایک جبلت دوسری جبلت کو دبا کر انسانی اعمال کا رخ بدل دیتی ہے۔

ایک اور دلچسپ چیز یہ ہے کہ حیوان کا ردِ عمل فقط سادہ اور مفرد مہیج کے مقابلے میں کامیاب رہتا ہے۔ وہ پیچیدہ اور مرکب مہیج یا کئی مہیجات کے مقابلے میں بالکل بے بس اور مجبور ہو جاتا ہے اور اس بے بسی کی وجہ سے ایسے خطرات میں گھر جاتا ہے کہ یا تو اس کی آزادی سلب ہو جاتی ہے یا اسے اپنی جان کھونی پڑتی ہے۔ صیاد صفت انسان اس حیوانی کمزوری سے خوب واقف ہے۔ چنانچہ وہ خشکی، تری اور کرۂ ہوائی کے وحشی، چالاک اور تیز رفتار جانوروں پر باآسانی غلبہ اور تسلط حاصل کر لیتا ہے۔

اس ساری بحث اور تشریح کا مقصد یہ ہے کہ حیوان اپنی جبلتوں کی زنجیروں میں جکڑا ہوا ہے۔ اس کے رد عمل بھی مقرر ہیں اور اس کے شعور اور ارتقا کی رفتار اتنی سست ہے کہ ہزاروں سال گزرنے کے بعد بھی بہت کم حیوان مقام انسانیت سمجھ سکے ہیں۔

جبلت کی ایک خصوصیت یہ بھی ہے کہ وہ عارضی ہوتی ہے یعنی اپنا مقصد پورا کرنے کے بعد یا تو جبہ یہ عادت بن جاتی ہے یا پھر فنا ہو جاتی ہے۔ بعض جبلتیں عدم استعمال سے زائل ہو جاتی ہے۔ اس لئے ہر جبلت کے ظہور پر اس کی تربیت ضروری ہے۔ حیوان کے لئے جبلت صرف بقائے حیات کا فریضہ ادا کرتا ہے۔ لیکن انسان نے اس سے ارتقا

کا بھی کام لیتا ہے۔ ہر نسل اپنی گذشتہ نسل کے شانوں پر کھڑی ہوتی ہے اور اسکی فتوحات سے فائدہ اٹھاتی ہے۔

جن چیزوں کو ہمارے اسلاف نے توجہ اور محنت سے حاصل کیا تھا وہی چیزیں ہمیں جبلتیں بھی تو وراثت میں حاصل ہوتی ہیں۔ اس طرح بہت ممکن ہے کہ ہماری موجودہ عادتیں، مثلاً سائیکل چلانا، ہوائی جہاز چلانا، تیرنا یا بعض حسابی مبادیات آنے والی نسل کے حق میں جبلی اعمال بن جائیں۔ یہ حیات کا سرچشمہ ہے کہ وہ ہر نئے زمانے کے انسان کی جسمانی کاوشوں کو کم تر کی جاتی ہے۔ تاکہ وہ اپنی توانائی کو اعلیٰ تر مقاصد کے حصول میں صرف کر سکے۔

عضوی توریث حیوان اور انسان دونوں میں مشترک ہے لیکن انسان فطرت کی جبریت سے بیزاری کا اظہار کرتا ہے یا یہ کہنا زیادہ مناسب ہے کہ وہ اپنی فطرتِ اصلی پر قانع ہونا نہیں چاہتا۔ وہ جبلتوں کی مکانیت کو توڑ کر سماجی ورثہ پر قبضہ کرنے کی کوشش کرتا ہے، اس کی بیقرار فطرت ایک لمحہ کے لئے بھی خاموش رہنے نہیں دیتی۔ چیزوں کو چھونا، دیکھنا، پھینکنا توڑنا پھوڑنا۔ اور چکھنا، پھینک دینا۔ اس کی جبلت و فطرت کا خاصہ ہیں، جنہیں وہ مشاغل سمجھتا ہے۔

دیگر جبلتوں کی طرح جنسی جبلت بھی اہم ہے، اس سے انکار خود فریبی کے سوا اور کچھ نہیں، اور نہ ہی اس جنسی جبلت کی قوت سے ہی انحراف کیا جا سکتا ہے۔ جنسی جبلتیں چونکہ قوی ہوتی ہیں اس لئے وہ

دوسری جبلتوں کا راستہ روک دیتی ہیں یا انہیں اپنا ہم نوا بنا کر اپنے مقاصد کا خادم بنا لیتی ہیں۔ فرض کیجئے تحفظِ ذات کے رجحانات اور شہوانی رجحانات میں تصادم ہو رہا ہو اور اگر تحفظ ذات کے رجحانات ارتقائے حیات اقدار سے توانائی حاصل کر کے بالیدہ ہو چکے ہوں تو یقیناً وہ شہوانی رجحانات پر غالب آ جائیں گے اور انہیں عمران بنا کر بقائے حیات کے ساتھ ساتھ ارتقائے حیات کا بھی کام لیں گے۔

اس سے ایک بات کی وضاحت ہوتی ہے کہ ہماری جبلت نیکی بدی دونوں فطرت رکھتی ہے لیکن حیوانی جبلت قوت بخش ہے اور ہمارا شعور اس کی پذیرائی کرنے پر مجبور ہے۔

ہماری جبلت اس پتھر کی مانند ہے جسے اگر ہتھیار کے طور پر استعمال کیا جائے تو انسان اس سے زخمی ہی نہیں ہوتا بلکہ اس کی حیات کا خاتمہ ہو جاتا ہے اور اس پتھر کو اگر تحفظ کے لئے استعمال کیا جائے تو یہ مکان کی صورت میں آپ کو زندگی کی ضمانتیں فراہم کر دیتا ہے۔

یہی ہماری جبلت ہے اب یہ آپ پر منحصر ہے کہ آپ اسکی شہوانی نفس کو کھلی چھٹی دے دیتے ہیں یا اسے بقائے حیات کے لئے اپنا ماتحت بنا لیتے ہیں۔ ایک بات اور میں آپ کو گوش گزار کر دوں کہ جبلت اور شہوانیت کا قیمتی وجود کسی اخلاق یا قانون کو تسلیم نہیں کرتا۔ اسے آپ صرف طاقت کے بل پر ہی اپنا ماتحت بنا سکتے ہیں۔ اگر فائدہ اٹھانا چاہتے ہیں تو آپ کو طاقت استعمال کرنی ہوگی یہ اس وقت ہی ممکن ہے جب آپ اپنے نفسِ

امارہ پر خود اعتمادی کی گرفت آہنی رکھیں۔ انہوں نے اس جبلت سے، جسے وحشی اور حیوانی جبلت کہتے ہیں۔ بڑے بڑے فوائد حاصل کئے ہیں اور آپ بھی اگر مضبوط قوت ارادی کے مالک ہیں تو یقیناً اس سے فائدہ حاصل کر سکتے ہیں۔

وہ لوگ جو اس قوت کو بیکار ضائع کرتے ہیں، انہیں چاہیئے کہ اپنی اس جنسی شہوانی توانائی کو یوں ضائع نہ کریں۔ اس سے انہیں ذہنی طور پر نقصان بھی ہوتا ہے۔ اکثر لوگ صرف اپنی نفسیاتی خواہشات کے مقدم بن کر اس ذخیرے کو تباہ کر دیتے ہیں۔ شہوانی قوت کے یوں ضائع ہونے سے آپکی دماغی قوت پر بھی برا اثر پڑے گا۔

اگر آپ چاہتے ہیں ٹیلی پیتھی کے ذریعے اپنی شخصیت کو بلندی دیں تو آپ کو اپنی شہوانی قوتوں پر قابو پانا ہوگا اور انہیں اپنے اختیار میں رکھنا ہوگا یہ بہت ضروری ہے۔ اس کے بغیر آپ اپنے مقصد میں کبھی کامیاب نہیں ہو سکتے بلکہ یوں کہنا زیادہ بہتر ہے کہ آپ کی کوئی جہد، کوئی کوشش، کوئی ریاض سب بیکار ہے، اس سے بہتر ہے کہ آپ اس طرف توجہ ہی نہ دیں۔

اگر آپ کا ارادہ چٹان کی طرح مضبوط ہے تو آپ اپنے اس جن پر قابو پا لیں گے۔ آپ کو اپنی جبلت کو سرکشی کرنے سے روکنا ہوگا۔ کیونکہ اگر آپ کا نفسِ امارہ پوری طرح جاگ گیا تو آپ یقیناً اپنی زندگی کو کوئی بھی ضمانت فراہم کرنے سے قاصر رہیں گے۔ آپ کے ہوش و خرد کا کوئی بھی نگہبان نہیں رہے گا۔ اس سے پہلے کہ آپ کے نفسِ امارہ کا جن آپ

پر تسلط حاصل کرے۔ آپ اس پر قابو پالیں۔ اگر آپ نے اپنی اس قوت پر اختیار حاصل کر لیا تو یقین جانیئے آپ ایسے ایسے محیر العقول کارنامے سنجام دے سکیں گے کہ دنیا انگشت بدنداں رہ جائے۔

لیکن یہ سب اس وقت ہی ممکن ہے جب آپ اپنی قوت ارادی کو پوری توانائی کے ساتھ استعمال کریں اور اپنی تمام حیوانی جبلتوں کے ساتھ نفسِ امارہ پر اختیار حاصل کر لیں۔ اس کے بغیر ناممکن ہے۔

ٹیکی بیٹھی یا مستقبل بینی کے لئے سب سے بڑا کارنامہ انسان کا یہی ہے کہ وہ نفسِ امارہ کو اپنے اختیار میں کر لے۔ آپ جب تک اپنے نفسِ امارہ کو قابو میں رکھیں گے۔ آپ کے اندر موجود طاقت روز بروز آپ کو نئی نئی کیفیتوں سے آشنائی دیتی رہے گی۔

اگر آپ چاہتے ہیں، آپ کی وجدانی خوبیاں شعور کی سطح پر ابھر کر آئیں تو آپ کو اپنے نفسِ امارہ پر قابو پانا ہوگا

کیا آپ

علمِ روحیت کی بالیدگی چاہتے ہیں؟

اگر آپ یہ علم حاصل کرنا چاہتے ہیں تو آپ یقین کر لیجیے آپ اپنی شخصیت میں روحیت کی بالیدگی حاصل کر سکتے ہیں۔ اس علم کے لئے آپ کو کئی دشواریوں کا سامنا کرنا ہوگا۔ اپنی شوریدہ سری کو مارنا ہوگا، آپ کے اندر پوشیدہ انسان کو روشنی میں لانا ہوگا ——————

جیسا کہ ہم پہلے آپ کو بتا چکے ہیں۔ اس کے لئے آپ کو اپنی توجہ، ذہنی قوت، یکسوئی کو ایک مرکز دینا ہوگا وہ مرکز صرف اور صرف آپ کا موقف ہونا چاہیئے ——————

ایک نقطہ ——— اور آپ کا ہر عمل صرف اس نقطہ کے لئے مصروفِ پیکار ہو۔ اور وہ مقصد انسان کی فلاح کے لئے ہونا لازم ہے۔ اگر آپ کے ذہن میں پہلے ہی فتور، ابلیسی جال بنا ہوگا تو آپ اپنے مقصد میں کبھی کامیاب نہیں

ہو سکتے۔ ایسے میں کامرانی کی توقع ہی بے وقوفی ہے۔

اس لئے سب سے پہلے اپنے ذہن کو پاکیزہ کیجئے۔ اس سے ہر آلودگی کو نکال کر اسے شفاف آئینہ بنائیں۔ اس کے بعد اپنی قوت ارادی کو مقصد پر ترجیح دیں اور اپنے "نفس امارہ" کو اپنے اختیار میں کر کے علم و دانش کی جانب پیش رفت کیجئے۔

نفس امارہ کو قابو میں رکھنے کا یہ مقصد نہیں کہ آپ اس حیوانی جبلت کی تشفی نہ کریں، اسے وظیفے کے طور پر آپ جائز طریقے سے انجام دیں۔ لیکن ایک دائرے میں، اس کی وحشت کو مٹانے کی کوشش مت کیجئے۔ آپ میں بے پناہ صلاحیتیں ہیں آپ ہر کام با خوبی انجام دے سکتے ہیں آپ کوشش کیجئے، صرف ایک بات ذہن میں رکھئے کہ آپ نے اپنے وجود اور اپنے نفس پر فتح حاصل کرنی ہے۔

اس کے لئے آپکو کئی منزلوں سے گزرنا ہوگا۔ یہ طویل ترین سفر ہے۔ ایک تھکا دینے والا سفر آپ کو تھکن بھی ہوگی اور قوت ارادی میں لرزہ بھی آئے گا، اکتاہٹ، بے چین محبوبہ کی طرح آپ کے اعصاب کا احاطہ بھی کرے گی اور رات کے سائے پریشان بھی۔ دن میں سورج کی تمازت کی ہلکان بھی۔ لیکن گھبرانے کی ضرورت نہیں۔ دیو ہیکل ہاتھی دیکھ کر انسان چند لمحوں کیلئے پریشان ضرور ہوتا ہے لیکن وہ بھاگتا نہیں ہے بلکہ اسے قابو میں کرنے کی تدبیر کرتا ہے۔ یہی آپ خود ہی دیکھ لیں یہ انسان جو نہایت کمزور نظر آتا ہے اس کے سامنے بڑے سے بڑا دونوں سر جھکا کر اس کی صلاحیتوں کو سلام

کرتا ہے ——————

آپ اس جہاز کو ہی دیکھ لیں جو دیکھنے میں دیو ہیکل لگتا ہے۔ لیکن ایک معمولی کمزور سا انسان اسے زمین کی سطح سے بلندیوں میں لے جاتا ہے۔

یہ سب کچھ انسان کے اختیار میں ہے تو پھر آپ اپنے مقصد میں کیونکر کامیاب نہیں ہو سکتے۔ ناکامی کا لفظ اپنے ذہن سے حرف غلط کی طرح مٹا دیجئے۔ اس لفظ کا آپ کے پاس کیا کام۔ اور جو چیز انسان کے لئے ذلت کا باعث ہو۔ اسکی عظمت اور وقار کے لئے داغ ہو، اسے اپنی زندگی سے نکال دینے میں ہی انسان کی معراج ہے۔ انسان کی فتح ہے۔

کسی چیز کو فتح کرنے کے لئے انسان کو کن کن مراحل سے جان سوزی کرنی پڑتی ہے آپ بہتر طور پر جانتے ہیں۔ چاہے وہ فتح کسی ملک کی ہو۔ کسی تجربے کی ہو، ارادے کی ہو یا مقصد کی۔

انسان اگر ریگستان میں سفر کا ارادہ کر لے تو اسے دھوپ کی تمازت اور ریت کے ذرات سے نہیں گھبرانا چاہئے۔ یہ تو سفر شروع کرنے سے پہلے سوچنا چاہیئے کہ اس سفر میں تیز دھوپ بھی ہوگی، تیز ہواؤں کے جھکڑ بھی اور ریت کے باریک ذرات جسم کو اذیت بھی دیں گے۔

یقیناً آپ ہمارا مقصد بہتر طور پر سمجھ گئے ہوں گے، ابھی آپ نے سفر شروع نہیں کیا۔ اچھی طرح سوچ لیجئے۔

اب تو برقی رو عام ہو گئی ہے، لیکن جب یہ بہت کم گھروں کو روشن

کرتی تھی۔ اس زمانے میں الیکٹریشن گھر میں سپلائی دینے سے قبل گھر کے افراد کو آگاہ کیا کرتا تھا۔ یہ آپ کے لئے بہت فائدہ مند ہے اس سے آپکا گھر کمرے، بلکہ نور ہو جائیں گے۔ اس سے آپ کے پنکھے بھی چل سکیں گے اور ریڈیو بھی بجے گا۔ لیکن یہ بے بہت خطرناک ہے آپ اسے باریک سا تار تصور کیجئے اگر اتفاقاً آپ کا ہاتھ اس کو چھو گیا تو یہ آپکی زندگی میں مکمل اندھیرا کر دے گی۔ قبر کی تاریکی آپ کا اثاثہ بن جائے گی۔ اس لئے ہمارا بھی فرض ہے، کہ آپ کو اندھیرے، اجالے کی خامیوں اور خوبیوں سے آگاہی دیں تاکہ آپ اس علم کو شروع کرنے سے قبل اپنے ذہن اور قوت ارادی کو پوری طرح اپنے مقصد کے لئے تیار کر سکیں۔ بہرحال آپ نے اگر یہ ارادہ کر ہی لیا ہے تو پھر اپنی قوت ارادی کو مضبوط و توانا کر کے بسم اللہ کر دیجئے۔

انسان کے ارادے پختہ ہوں تو پھر کوئی پریشانی، کوئی رکاوٹ، مقصدیت میں دیوار نہیں بن سکتی۔ اب آپ تیار ہو جائیے اپنے عزم اور مضبوط قوت ارادی کے ساتھ ذہن کی نادیدہ قوتوں پر قابو پانا ہے۔ وہ قوتیں جن سے آپ ابتک لاعلم تھے، آپ بے خبر تھے جو آپ کے پاس موجود ہیں لیکن آپ نے کبھی انہیں آزمانے کی کوشش ہی نہیں۔ آپ نے ہمیشہ یہی سوچا ہے کہ دریا میں سفر کرنے کے لئے کشتی کا ہونا ضروری ہے اسکے بغیر بھی پانی میں سفر کرنا ممکن ہے۔ آپ نے کبھی یہ نہیں سوچا آپ کے پاس ہاتھ پاؤں ہیں۔ انہیں حرکت میں لا کر یہ سفر طے کیا جا سکتا ہے آپنے کبھی ان ہاتھ پاؤں کی طرف توجہ ہی نہیں۔ آپ نے سوچا یہ ہاتھ صرف چیزیں اٹھانے کے لئے

ہیں اور یہ ٹانگیں خشکی پر سفر کے لئے ——

اسی طرح انسان ذہن کو استعمال کرتا ہے، اسے نہیں معلوم کہ وہ بے پناہ نادیدہ قوتوں کا مالک ہے۔ ہم اس کے ذریعے خلاؤں کا سینہ چیرتے ہیں سمندروں میں سفر کرتے ہیں، دنیا کے عجائبات کو وجود میں لاتے ہیں، سائنس کو ترقی کی معراج پر لے جانے کی کوشش میں کوشاں ہیں۔ یہ سب اس ذہن ہی کا تو کمال ہے، لیکن اس ذہن میں اس سے کہیں زیادہ نادیدہ قوتیں موجود ہیں اور آپ ان قوتوں کو حاصل کرنے کے لئے علم روحیت کی طرف راغب ہوئے ہیں ——

لیکن ایک بات یاد رہے کہ آپ اپنی صلاحیتوں سے اس قوت کو طابع کرنے میں کامیاب ہو جائیں تو انسان کی فلاح کے لئے ایسے کام انجام دیں جو باعث فخر بھی ہیں اور قابل تعظیم بھی۔ یہ قوت انسان کو حاکمیت عطا کرتی ہیں اور حاکم وہ جو انکساری اور حلیمی کا منبع ہو، جو اپنی رعایا کے ساتھ بہترین سلوک کرے ان کی زندگی کے لئے بہتر سوچے اور خدا کی دی ہوئی اس نعمت سے دوسروں کو بھی فیض پہنچائے یہی اس علم کا تقاضہ بھی ہے۔ اور منشائے الٰہی بھی ——

اس علم میں مہارت کے لئے آپ کو ریاض اور مشقوں کی بھرپور بیکار سے گزرنا ہوگا۔ اور یہ مشقیں ہی ہیں آپ کے دماغ کی اس لطیف حس کو بیدار کر کے مفید و کارآمد بنا سکتی ہے۔ شاید آپ کو اس قوت کا اندازہ نہیں اس قوت کے سامنے یہ جہاز، ٹی وی، وائرلیس اور دیگر اشیاء کی کوئی وقعت

ہیں۔ آج آپ اس دنیا کی جن آسائش کے لئے بیچین ہیں۔ کل یہ سمٹ کر آپ کے قدموں میں سرنگوں ہونگیں۔ آپ کے قیام کی منتظر۔ لیکن آپ کی نظر میں اس قوت کے آگے یہ تمام آسائش ہیچ لگیں گی۔

آپ آنے والے طوفانوں کی پیشگی اطلاع پا سکتے ہیں۔ آپ جب سے چاہیں، جب آپ کی منشا ہو آپ ہزاروں میل کے فاصلے پر بیٹھے ہوئے شخص سے رابطہ قائم کر سکتے ہیں نہ ٹیلیفون کی ضرورت اور نہ ہی وائرلیس سیٹ کی نہ کسی سائنسی آلات کی۔ مخاطب کو اطلاع دینے کی ضرورت۔

آپ جب چاہیں اس سے رابطہ قائم کر سکتے ہیں۔ یہ آپ کے پاس موجود اس قوت کا کمال ہوگا جو آج صرف آپکا "ارادہ" ہے۔ لیکن ایک بات پھر معذرت کے ساتھ گوش سماعت کر دوں کہ "کل" مت سمجھ لینا ورنہ یہ زندگی جسے آپ افضل بنانے نکلے ہیں۔ تاریکیوں میں فنا ہو جائے گی۔ "کل" صرف میرے پروردگار کی ذات ہے۔ جو اس کائنات کا خالق ہے اور اس نے جن اپنے پیارے بندوں کو علم سے نوازا ہے وہ اس کائنات میں برگزیدہ ہستیاں ہیں، اور اللہ کے برگزیدہ بندہ بننے کے لئے انسان کو فنا ہونا پڑتا ہے۔ اور فنا وہ ہوتا ہے جو صرف اور صرف اپنے خالق کی وحدانیت سے عشق کرتا ہو ——————

اللہ کرے آپ کا دل بھی اس کے نور کی تجلی کے خواہش مند ہو، آپ بھی اپنے رب سے عشق کرتے ہوں اور آپ علم روحیت کو اپنی توجہ اور یکسوئی کے لئے سیڑھی بنانے کی کوشش کر رہے ہوں۔ نہیں معلوم آپ کی سوچ کیا

ہے؟ یہ تو آپ جانتے ہیں اور یا وہ عظیم ہستی جو علم الغیب ہے۔ ہمارے کہنے کا مقصد تو صرف اس قدر ہے کہ آپ باطہارت ہو کر ہی اس دنیا کو اپنی شخصیت سے متاثر کر سکتے ہیں۔ اور اس عظیم قوت سے زندگی پُر بہار بنا سکتے ہیں۔ اس کے اطراف کہکشاں سجا سکتے ہیں۔

اپنے ذہن سے آلودگی کو کھرچ دیجئے۔ اگر کسی سے دشمنی، ناراضگی ہے اس کی گرد سے اپنے ذہن کو شفاف کر لیجئے، ناشائستگی کو شائستگی میں بدل دیجئے۔ ہر لمحہ کو خوشبو سے معطر کر لیجئے۔ زندگی کو عداوت کا نہیں محبت کا درس دیجئے۔ وہ محبت جو پھولوں کی اپنی خوشبو ہے، مور کو اپنے پروں سے ہے چاند کی کرنوں سے ہے، انسان کو اپنی سانسوں سے ہے۔

دوسروں کے سانسوں میں زہر مت گھولیئے کہ اسے اپنے نفس میں گھٹن محسوس ہو، اگر کوئی قابل سزا ناراضگی ہے تو اسے معاف کر دیجئے، معاف کرنا بہادروں کا کام ہے اور انسان کی عظمت بھی۔

اگر آپ یہ سمجھتے ہیں کہ آپکی عادت میں کوئی نقص ہے تو اس عادت کو ختم کر دیجئے۔ اور اس کے بعد ان مشقوں کو شروع کیجئے۔ آپ کو کوئی نشہ تو نہیں کرتے۔ تاک جھانک کی، بے غیرتی کی عادت تو نہیں، اگر ہے تو اسے رشتے کے تقدس سے عبارت دیجئے۔ آپ کو بدفعلی کی عادت ہے تو اسے فوراً ترک کیجئے۔ یہ صحت کے لئے بھی مضر ہے اور اس علم کے لئے بھی۔ انتقام کا جذبہ، ہوائی جبلت نے آپ کو اپنے حصار میں جکڑ رکھا ہے تو پہلے اس آلودگی سے خود کو پاک کیجئے۔ ورنہ آپ کی محنت، ریاضت، کوشش، جہد، سب

کچھ رائیگاں چلی جائے گی اور آپ کو کچھ بھی حاصل نہ ہو سکے گی۔ اپنے فکر
کا اصلاح کیجئے۔ اور کوشش کیجئے تو آپ پانچ وقت کی نماز ادا کریں
آپ کسی اور مذاہب سے تعلق رکھتے ہیں تو اپنے عقیدے کے مطابق عبادت
کیجئے۔ کیونکہ دنیا کا کوئی مذہب انسان کو برائی کی طرف نہیں لے جاتا۔ ہر مذہب
انسانیت کا درس دیتا ہے۔ لیکن یہ انسان کی اپنی سوچ ہے کہ کس عقیدے
کو زندگی کی بنیاد بنائے، اچھائی اور برائی تو انسان کو خود نظر آتی ہے۔
کا فیصلہ تو وہ خود بھی کر سکتا ہے۔ منزل پر پہنچنے کے لئے راستے
انتخاب تو بہر حال انسان کو خود ہی کرنا ہے۔ ماں باپ یا دیگر کوئی حضرا
تو اسے انگلی پکڑ کر منزل پر پہنچا کر تو آئے گا نہیں۔

خیر ہم اس بحث میں الجھنا نہیں چاہتے اور نہ ہی ہمارا مقصد کو
مذہبی مباحثہ ہے ہم تو کہہ رہے تھے، انسان جب اپنے خالق کی بارگاہ میں
جاتا ہے اس کے سامنے سجدہ بسجود ہوتا ہے تو اس کے ذہن سے آلودگی
خود بخود چھٹنے لگتی ہے۔ ہر برائی اسے آپ سے معلوم ہوتی ہے اس کا وجود
طہارت حاصل کر لیتا ہے اور اس میں پابندیٔ وقت اور توجہ خود کو
آتی ہے، اس کے بعد انسان جو بھی عمل کرے گا اس کا ردِ عمل بہت
نتائج کا حامل ہوگا۔ اس میں توجہ بھی ہوگی یکسوئی بھی، اور قوتِ ارادی بھی
بلکہ ارادے کو بھی مزید تقویت حاصل ہو گی۔

آپ یہ مت سمجھئے کہ ٹیلی پیتھی ایک معمولی قوت کا نام ہے اور ہم
تمام آلودگی کے سوا اسے حاصل کرنے میں کامیاب ہو جائیں گے اگر آپ

کے ذہن میں اسی قسم کا کوئی خلل ہے تو اسے نکال دیجئے۔ جب تک آپ اپنے
نفس اور وجود کو تمام آلودگیوں سے پاک نہیں کر لیں گے اس قوت کو قطعی
طور پر حاصل کرنے میں ناکام رہیں گے۔ جب تک آپ کو اپنے نفس امارہ پر پوری
طرح اختیار نہ ہوگا۔ اس وقت تک آپ اپنی ذہنی قوت کا صحیح اندازہ لگانے
سے قاصر رہیں گے۔

ہندوؤں میں اس علم کو "کنڈالنی شکتی" کہتے ہیں۔ ان کے یہاں یہ علم
زمانۂ قدیم سے موجود ہے، وہ اس مخفی علوم، پوشیدہ خزانہ سے ایک طویل عرصہ
سے استفادہ حاصل کر رہے ہیں۔ اس طرح یہ دنیا کی اور بہت سی قوموں میں
یہاں اس کا سراغ پایا جاتا ہے۔ جیسا کہ ہم پہلے عرض کر چکے ہیں یہ علم ہر قدم
اور ہر زمانے میں مختلف ناموں سے اور کسی نہ کسی شکل میں نظر آتا ہے اور اسے
مختلف ناموں سے پکارا جاتا ہے۔ لیکن کسی قوم کو اس علم پر بہت زیادہ
دسترس حاصل تھی اور کسی کو کم ——— اور کسی کو بہت کم ——— اور کسی
کے ذہن میں ایک مبہم سا تصور ———

لیکن یہ ضروری نہیں ہر قوم یا زمانے کے باسیوں نے اس علم کو اس
کی پوری قوت اور افادیت کے ساتھ پایا ہو۔ اور اس سے استفادہ
بھی حاصل کیا ہو۔ اگر انہوں نے اس سے فائدہ حاصل کیا تو کس قدر ——— ہمارا
خیال اس بحث کو طول دینے کی بجائے ہمیں اپنے اصل مضمون کی صحت
کی طرف توجہ دینی چاہیئے اس پر کسی اور کتاب میں بحث کریں گے۔ آپ
نے کبھی اپنی ریڑھ کی ہڈی پر توجہ دی ——— ممکن ہے آپ نے کبھی

ماسوائے جسم کے ایک عضو کے کچھ اہمیت نہ دی ہو۔ آپ اسے معمولی ہڈی تصور مت کیجئے۔ اس میں آپکی قوت کے لئے ایک ایسا نظام ہے۔ اس میں ایسا خزانہ پوشیدہ ہے کہ آپ کو شاید معلوم نہیں جو قوت کا سرچشمہ ہے۔

آپکی ریڑھ کی ہڈی ——— جہاں حرام مغز، جذبات، جبلت، لاشعور اور کئی طرح کی دوسری پراسرار قوتیں مجتمع ہیں ——— آپ نے کبھی ——— اچانک خوف کی لہر محسوس کی، یقیناً ایسا ہوا ہوگا۔ اور اس کی سنسناہٹ آپ کو اپنی ہڈی میں محسوس ہوئی ہوگی ——— ایسا کیوں ہوتا ہے، آپ کے خوف کا ریڑھ کی ہڈی سے کیا تعلق ——— یا جب انسان شہوانی لذت سے مرعوب ہو کر خود کو حیوانی جبلت کی باہوں میں دینے کی کوشش کرتا ہے تو ——— یہ ریڑھ کی ہڈی ہی اسے خطرے سے آگاہ کرتی ہے اور جسم کی توانائی کے اس طریقے پر تنبیہ کرتا ہے اگر اس نے اپنا یہ فعل مزید جاری رکھا اور اس میں توازن پیدا نہیں کیا تو جوانی کی ضمانت تو کیا۔ زندگی کی ضمانت بھی ضبط ہونے کا خطرہ لاحق ہو جائے گا۔

دراصل علم طب کہتی ہے۔ ریڑھ کی ہڈی کسی نلی میں اعصابی گچھے ہوتے ہیں جن کا براہ راست تعلق دماغ سے ہوتا ہے اور ان اعصابی گچھوں میں آپکی روح حیات ہمیشہ محو گردش کرتی رہتی ہے۔ ہم نے آپ کو جبلت کے باب میں بتایا ہے کہ یہ جسم اور اس کی اندرونی مشینری دنیا کے تمام عجائبات سے بڑھ کر ہے۔ اس قدر عجیب و غریب اور حیرتناک نظام کسی اور تخلیق میں نہیں۔ اسی لئے قدرت نے اسے اپنی بہترین اور عظیم

تخلیق قرار دیا ہے ———

ریڑھ کی ہڈی ——— جس میں زندگی ایک قوت کی شکل میں گردش کرتی رہتی ہے۔ لیکن اس روح حیات کا ایک قابل قدر حصہ پشت کے ایک آخری نہاں خانے میں محفوظ اور غیر مستقل پڑا رہتا ہے۔

آپ شاید اس حصے کی قوت کا اندازہ لگانے سے معذور ہوں لیکن آپ یاد رکھیئے یہی وہ حصہ ہے جہاں سے آپ اپنی محنت، ریاضت مراقبے اور مشق کے ذریعے مخفی قوتوں کو شعور کی سطح پر لے کر آئیں گے ریڑھ کی ہڈی سے آپ کے دماغ کا فاصلہ آپ کم مت سمجھیئے۔ یہ ایک طویل ترین سفر ہے اس سفر کو بہرطور آپ نے طے کرنا ہے۔

آپ اپنی مخفی قوتوں کو بیدار کر کے نہ صرف یہ کہ اپنی ظاہری قوتوں سے حیرت انگیز کام لے سکتے ہیں بلکہ اس کے ذریعے باطنی قوتوں پر بھی عبور حاصل کیا جا سکتا۔ لیکن یہ اس وقت ممکن ہے جب آپ مسلسل اپنی مشق کو جاری رکھیں، آپکی قوت ارادی مقصد کے طابع ہو۔

کچھ حضرات کو دیکھا گیا ہے جو بیک وقت اپنی تمام خواہشات کی تکمیل میں بہت زیادہ مشقت کرتے ہیں جس کا نتیجہ خاطر خواہ فوائد حاصل ہونے کے نقصان ہوتا ہے۔ جسم تھک کر بستر مرگ پر جا پڑتا ہے۔ ذہن مسلسل سوچ کی وجہ سے کراہنے لگتا ہے اور پھر انسان کسی بھی کام کا نہیں رہتا۔

اس لئے آپ اپنی مشقوں کو ضرور شروع کیجئے۔ لیکن آہستہ آہستہ اور اس قوت کو بیدار کیجئے۔ یہ مت سوچئے کہ میں بہت زیادہ

ریاضت سے یکمشت اپنی مخفی قوتوں کو بیدار کر لوں۔ یقیناً آپ ایسا کر سکتے ہیں۔ کوئی چیز ناممکن نہیں ـــــ لیکن اس سے آپ جس فوائد کے لئے یہ سب کچھ کر رہے ہیں۔ آپ کو وہ فوائد حاصل نہ ہو سکیں گے بلکہ نقصان کا احتمال بڑھ جائے گا۔ ـــــــــــ

آپ نے سمندر میں اُٹھنے والے طوفان کو دیکھا ہوگا جس کی سرکشی ہچکولے کھاتی ہوئی موجیں ایک ماہر تیراک کو بھی موت کے ہم آغوش کر دیتی ہیں۔ اس کی تمام محنت، تمام ریاضت، تمام مشقیں اور تجربہ کاری، آرزوؤں کے آگے بے بس ہو کر رہ جاتی ہے۔ کسی سمندر کی موجیں اژدھے سے کیا کم ہوتی ہیں۔ اور اس پر طوفان۔ ایک ماہر چاہے کتنا بڑا تیراک ہو اسے اپنی زندگی بچانی مشکل ہو جاتی ہے ـــــــــــ

جب آپ اپنی مشقوں کو اپنے انداز سے کریں گے اور آپ کی سوچ یہ ہوگی کہ تمام قوتوں کو یکمشت بیدار کر لوں تو اس کے نتائج یقیناً خطرناک ہوں گے ـــــــــــ

دراصل ہم جب اپنی مخفی قوت کو بیدار کرنے کے لئے مشقیں کرتے ہیں تو اسے پُرسکون اور قاعدہ قانون کے تحت انجام دینا چاہیئے، اس میں لالچ یا جلد بازی کا کوئی عنصر نہیں رکھنا چاہیئے۔

آپ کسی بھی دھات کو گرم کر کے اپنی حسب مرضی ڈھال سکتے ہیں۔ اسے وہ شکل دے سکتے ہیں جیسی آپ چاہتے ہیں، لیکن آپ بغیر گرم کئے اسے ایک دو چوٹوں میں اپنی حسب منشاء کوئی بھی شکل تو دینے

ہے بلکہ اس کے بے ترتیب ٹکڑے ہو جائیں گے جو کسی کام میں نہ آسکیں۔
قوت اور جنسی جبلت آپکی جلد بازی سے ان دونوں کا بیک وقت بیدار
نے کا اندیشہ حتمی ہوتا ہے اور اگر یہ بیک وقت دونوں بیدار ہو جائیں
اس کی شعوری مقصدیت سے ہٹ جاتا ہے اور شعور، خلفشار، انتشار،
کار ہو کر وحشی جانوروں کی سی حرکتیں کرنے لگتا ہے۔ یقیناً آپ
اس وضاحت کا مفہوم اچھی طرح سمجھ گئے ہوں گے۔ آپ آہستہ
ستہ ـــ کے بعد دیگرے اپنی مشقوں کو ایک مخصوص وقت میں انجام دیجئے
ت سمیٹنے کی بجائے اس قوت کی بیداری کو پوری تقویت بخشنے کی کوشش کریں۔
رفتہ رفتہ آپ میں یہ قوت بیدار ہو گی تو آپ اس سے اپنی حسب مرضی
فوائد حاصل کر سکیں گے۔ آپ اس قوت کو کمزور مت سمجھیئے۔ حیات
ان لہروں میں بے پناہ قوت ہے۔ اس قوت کا اندازہ تو آپ کو اس وقت
ہو گا جب آپ مسلسل مشقیں کریں گے اور وقت کو اپنی گرفت میں رکھیں
اس منزل کو سیڑھی پیڑھی، قدم بہ قدم پانے کی جستجو کریں گے اور
آپ کامیاب بھی ہو جائیں گے۔ لیکن آپ کو اپنے دماغ و اعصاب
ظاہری غلاظتوں سے صاف کرنا ہو گا ـــــــــــ

وقت سفر باندھنے سے قبل آپ اس سفر کی طوالت اور راستے کی تھکن
کا اندازہ اچھی طرح لگا لیجئے اس کے بعد اس سفر کا آغاز کیجئے۔ کیونکہ
کو کئی منزلوں سے گزرنا ہے اور ہر منزل کٹھن و دشوار ہے۔ آپ کو ہمت
حوصلے سے ان تمام منزلوں کو سر کر کے اپنے مقصد میں فتح حاصل کرنی ہے۔

غیبی طاقت

آپ کے ذہن میں یقیناً غیبی طاقتوں کا تصور بھی ہوگا۔ آپ یہ بھی سوچتے ہوں کہ آخر یہ غیبی طاقتیں کیا ہوتی ہیں۔ اگر ہم روحانی نقطۂ نظر سے قطع نظر صرف ان قوتوں کے بارے میں گفت و شنید کریں تو بہتر ہے جو انسان کے اندر موجود ہیں۔ اس جدید تحقیق سے جو نفسیات دانوں کے مشاہدات، تجربات کا ثمر ہے۔ وہ کہتے ہیں کہ انسان میں ظاہری حواس کے سوا کچھ مخفی قوتیں بھی موجود ہیں جو انسان صرف مشقوں اور مسلسل ریاضت سے ہی حاصل کر سکتا ہے۔ ——

کیا آپ نے کبھی سانپ کو بغور دیکھا ہے جس کے کان نہیں ہوتے لیکن بین کی دھن پر وہ جھومنے لگتا ہے۔ بین کی آواز کیونکر اس کی سماعت میں محسوس ہوتی ہے۔ جبکہ اس کے کان نہیں ہوتے ——

اس کی اندر کی پوشیدہ قوت ہے وہ حس ہے بین کی آواز کو وہ اپنی جلد کے مسام سے محسوس کرتا ہے اسی طرح چیونٹی کی قوتِ شامہ دیگر کیڑوں سے تیز ہوتی ہے۔ ایسی بے شمار مثالیں دی جا سکتی ہیں لیکن ہم صرف اپنے مقصد کو صحت دیں گے۔

آپ بہت سی غیبی طاقتوں کے مالک ہیں۔ لیکن ان طاقتوں کو دیکھنے اور اسے پانے کی کوشش ہی نہیں کی۔ ہمارا دماغ حیرت انگیز غیبی صلاحیتوں کا مالک ہے۔ جن کے مطابق صحیح اندازہ لگانا، جاننا بے حد مشکل ہے۔ لیکن اگر آپ اس کی برقی لہروں کو اپنے طابع کر لیں تو آپ کو بہت سی باتیں حقیقت محسوس ہونے لگیں گی۔ آپ اپنے دماغ سے کیا کام لیتے ہیں۔ اور کس وقت اس کی قوت کو بیدار کرتے ہیں۔ یہ ان حالات اور وقت کی صداقت پر منحصر ہے۔ جو آپ اپنی قوت ارادی سے اس کے لئے کوشاں ہوتے ہیں۔ بعض حالات میں ہمارے دماغ کی ماورائے بصارت حس اپنا کام کرنے لگتے ہے اور ہم کشف کے ذریعے سینکڑوں میل کے فاصلے پر ہونے والے واقعات کو بآسانی دیکھ لیتے ہیں۔ رابطہ قائم کر لیتے ہیں اور وہاں موجود کسی بھی شخص کو اپنا پیغام دے سکتے ہیں۔ اور اسے اس پر عمل کرنے پر مجبور بھی کر سکتے ہیں۔

لیکن یہ سب چیزیں اس وقت ہی ممکن ہے جب آپ اپنی بھرپور قوت ارادی سے مشقیں کریں توجہ اور یکسوئی کو اپنا ایمان بنا لیں۔ لیکن بعض ایسے حضرات بھی دیکھنے میں آئے ہیں۔ جو چند مشقوں کے بعد

اچھے نتائج کی جھلک دیکھ کر ہی خود کو فوق الفطرت شخصیت سمجھنے لگتے ہیں۔ حالانکہ چند عجیب و غریب خواب اور مختصر وجدانی کیفیات کو اپنے مقصد کا حاصل نہیں سمجھ لینا چاہیئے۔ اگر آپ میں یہ معمولی صفات نمودار ہو گئی ہیں تو آپ کو مسلسل مشق جاری رکھنی چاہیئے۔ ورنہ یاد رکھیئے آپ کی مثال اس کتے کی سی ہو گی جو گھر کا رہا اور نہ گھاٹ کا۔ یقیناً آپ کو ہمارے یہ لفظ ناگوار محسوس ہوئے ہوں گے۔ لیکن کڑوا ہٹ آپ کو معلوم ہونا چاہیئے کہ صورت مندی کے تریاق کا اثر رکھتی ہے اور ہم نہیں چاہتے کہ آپ کسی غلط فہمی اور مغالطے کے باعث اپنی زندگی کو دیمک لگا بیٹھیں، جو آہستہ آہستہ آپکے ذہن اور آپکی صلاحیتوں کو چاٹ کر آپ کھوکھلا کر دیتے ہیں۔ تھوڑی سی کامیابی اس کھوکھلے درخت کی مانند ہوتی ہے جسے اندر سے دیمک نے اپنی خوراک بنا لیا ہو اور باطنی طور پر درخت بھلا لگے۔

جس طرح صوفیائے کرام کے یہاں روحانیت کی منزلیں۔ مختلف مدارج ہیں۔ مثلاً مقام حیرت، مقام فنائے فنا فی، شرح صدر۔ مقام حق الیقین۔ مقام عشق اور مقام فنا فی اللہ وغیرہ وغیرہ۔

اس طرح علم روحیت کی بھی کچھ منزلیں ہیں۔ اور پھر منزل کو آپ رفتہ رفتہ ترتیب وار بھی طے کر سکتے ہیں جست لگانے سے گرنے کا خطرہ قوی ہے۔ اس لئے خود ایسی کوشش مت کیجئے۔ بلکہ آپ اصولوں اور اس شعبہ کی تہذیب کو ملحوظ رکھتے ہوئے اپنے نیک مقصد کو بروئے کار لائیے۔ مشقیں شروع کرنے سے قبل اس کے تمام پہلوؤں کو اچھی طرح دیکھئے غور

کیجئے اور پھر عمل کیجئے۔ جو لوگ صرف جنون کو مقصد قرار دیتے ہیں، ان سے غلطی کا امکان بہت زیادہ ہوتا ہے، کیونکہ کچھ عرصہ بعد اکتاہٹ اور قوت ارادی کی کمزوری ان کے جنون کا قلع قمع کر دیتی ہے۔ آپ ان مشقوں کو پورے اطمینان اور سکون سے شروع کیجئے۔ یہی آپ کے لئے بہتر ہے — اور یہی آپ کی کامیابی کا زینہ ہے ———

پر رحم فرما ..... آمین

انتقالِ افکار

روشنی کی رفتار تقریباً ایک لاکھ چھیاسی ہزار میل فی سیکنڈ ہے جبکہ ہمارے خیال کی رفتار اس سے کئی گنا تیز، زیادہ ہے۔ اس کی صحیح پیمائش تو اب تک کوئی ماہر نہیں کر سکا۔ لیکن ان کا قیاس ہے کہ خیال کی رفتار روشنی سے کروڑ گنا ہے۔

افکار آپ کی وہ سوچ ہے جو خیالات کو نئے نئے رنگوں، تصویروں سے آگاہی دیتی ہے۔ آپ انہی خیال و افکار کو تسخیر کرنا ہے۔ آپکے مقصد اور مہم کی تمام کامیابی کا انحصار اس کی تسخیر پر مشتمل ہے۔

آپ نے کبھی اپنے خیال کے تیز رفتاری کو محسوس کیا ہے۔ ممکن ہے آپ نے ابھی اس جانب توجہ ہی نہ دی ہو۔ مثال کے طور پر آپ مصر کے بارے میں سوچتے ہیں، فوراً آپ کے خیال کی لہریں ہزاروں میل کا سفر پل بھر میں طے کر لیتی ہیں۔ اور آپکی نظروں کے سامنے مثلثِ اہرام کی قدآدم عمارتیں مقابرِ فرعون عکس عکس ہو جاتے ہیں۔ اور جب خیالات کی سوچ وسعت دیتی ہے تو آپ ہزاروں سالوں کا فاصلہ طے کر کے اس دور میں پہنچ جاتے ہیں۔ فرعون شاہی کروفر سے اپنے تخت پر بیٹھا ہے (نعوذ باللہ) اور لوگ اس کے سامنے سجدہ ریز ہیں۔

یہ آپکی سوچ ہے جو خیال کو تقویت دیتی ہے اور خیال کی قوتِ پرواز کا تو آپ کو اندازہ ہی ہے۔ لیکن ایسا کیوں ہوتا ہے؟ اس کی وجہ ہم پہلے بھی بیان کر چکے ہیں۔ اور دراصل ہم کچھ تو پڑھتے ہیں اور کچھ سنتے ہیں۔ اور اب تو ریڈیو، ٹیلیویژن بھی ہماری سوچ کو عکس فراہم کرنے کا ایک موثر ذریعہ بن گئے ہیں۔

ہم کسی ملک کے ہاں کے لوگوں کی تاریخ کا مطالعہ کرتے ہیں یا سنتے ہیں یا فلم، ٹی وی میں دیکھتے ہیں۔ یہ ہمارے لاشعور میں اسٹور ہو جاتے ہیں اور جب اس کا نام سنتا ہے تو اس کی لہریں اس خطے میں محوِ نظارہ ہو جاتی ہیں۔ خیال اور شعور ایک ہی چیز کے دو نام ہیں اور یہی شعور خوبصورتی، بدصورتی، اچھائی اور برائی کی تمیز سے آگاہی دیتی ہیں۔

بہتا ہوا، روشنی، حرارت، مقناطیسیت یہ تمام مادے کی مختلف

بدلی ہوئی اشکال ہیں اور یہ بھی آپ کو معلوم ہے کہ جو بے پناہ توانائی کے حامل ہیں یعنی قوت بخش لہریں۔ بالکل اسی طرح آپ کا خیال بھی لہروں کی شکل میں سفر کرتا ہے۔ اب کوئی آپ سے یہ سوال کرے کیا آپ خیال کو چھو سکتے ہیں خیال کی آواز کو سن سکتے ہیں۔ سونگھ سکتے ہیں چکھ سکتے ہیں۔ اس کا جواب نفی میں ہوگا، لیکن آپ اسے محسوس کر سکتے ہیں۔

بالکل اسی طرح جیسے درد کی لہریں، درد کو بس انسان چاہے کہ دیکھ سکے تو یہ ناممکن، بلکہ مضحکہ خیز بات ہوگی، لیکن اسے آپ محسوس کر سکتے ہیں، اور آپ یہ بتا سکتے ہیں آپ کے کس حصّے میں درد کی لہریں اذیت دے رہی ہیں، اسی طرح خیال دیکھا نہیں جا سکتا۔ لیکن اسے آپ محسوس کر سکتے ہیں، فلسفے کی مرہونِ دُور رس مثبت اور منفی دو طرح کے ہوتے ہیں۔ ایک کو مادی کہتے ہیں اور دوسرے کو فطرت۔

جس طرح عضوی آنکھ ہر مادی اشیاء کو دیکھ سکتی ہے اسی طرح باطنی آنکھ تصوّر کو عکس کر سکتی ہے۔ آپ تمام خیال کو دیکھ سکتے ہیں جسے آپ کی عضوی آنکھ دیکھنے سے معذور ہے۔

کیا خیال کو چھو سکتے ہیں یقیناً آپ اسے چھو سکتے ہیں (چھونے سے مراد، باطنی طور پر محسوس کرنا) آپ ان لہروں کو چھو سکتے ہیں۔ لیکن خیال کی لہروں کو صرف محسوس کیا جا سکتا ہے، لیکن اس کے لئے آپ کا احساس تیز اور قوی ہونا بہت ضروری ہے۔ اس کے بغیر آپ کے خیال کی رفتار کی قوت اور تیز رفتار لہروں کو چھونے، محسوس کرنے سے قاصر رہیں گے۔ اس کے

لئے آپ کو بہت زیادہ محنت اور مشق کی ضرورت ہے، یہی وہ مسافت ہے جسے آپ نے اپنی یکسوئی توجہ کی طاقت سے طے کرنا ہے۔

امریکی ماہرین نے ایک طویل عرصہ کی بسیار تحقیق کے بعد یہ تسلیم کر لیا ہے کہ انسانی دماغ کسی آلے یا مادی واسطے کے بغیر دور دراز فاصلوں سے خیالات کی لہریں وصول کر سکتا ہے۔ انہیں نشر کر سکتا ہے اور آئندہ ہونے والے واقعہ کو جان سکتا ہے۔ آپ انتقالِ افکار کا یہ فن اس وقت ہی حاصل کر سکتے ہیں۔ جب آپ اپنے شعور کی سطح سے ان خیالات کے ہجوم کو منتشر کرنے میں کامیاب ہو جائیں۔ آپ کے شعور کی سطح پر آن گنت طرح طرح کے خیالات مٹر گشت کرتے ہیں۔ ان تمام خیالات کو ایک مرکز پر جمع کر کے ایک نقطہ کے قلب میں ڈھالیں۔

یہ نہایت مشکل کام ہے اتنے بہت سے خیالات کو ایک مرکز پر نقطہ کی شکل دینا۔ لیکن انسان کے لئے دنیا کی کوئی چیز حاصل کرنا مشکل نہیں۔ اور یہی نہیں کوئی ایسا علم و ہنر جو انسان کی وسعت سے باہر ہو بس آپ میں اسے پانے کی لگن سچی اور قوّتِ ارادی کی مضبوطی ہونی ضروری ہے۔ تھوڑی سی کوشش اور مسلسل مشق سے آپ انتقالِ افکار کے اس فن کو اپنی شخصیت کی ایک قوّت بنا سکتے ہیں۔

آپ کی ٹیلی پیتھی آپ کے لئے صرف ایک خیال ہے بالکل اسی طرح فضا میں انسان اُڑ سکتا ہے۔ جہاز صرف ایک خیال تھا۔ جب وہ وجود میں آیا تو ایک حقیقت بن کر دنیا کو حیرت زدہ کر دیا اور آج وہ کسی کے لئے

نہ تو حیرت کا باعث ہے اور نہ ہی خیال، بلکہ وہ انسانوں کی ایک ضرورت بن گیا ہے۔ ٹیلی پیتھی بھی ایک حقیقت ہے۔ لیکن جب تک آپ خیال بنائے رہیں گے، آپ اسے نہ تو چھو سکتے ہیں اور نہ ہی محسوس کر سکتے ہیں۔ اس وقت ہی ممکن ہو سکتا ہے جب اپنی مشقوں پر توجہ دیں کسی بھی خیال کو بغیر آپکی مرضی کے دماغ میں وارد نہ ہونے دیں۔

اس قوت کو حاصل کرنے کے لئے یکسوئی، توجہ اور قوت ارادی درکار ہے۔ آپ ان پر اقتدار حاصل کر لیں کہ اسکے بعد ذہنی یکسوئی کی مشقیں بآسانی سے انجام دیں۔ شمع بینی اس کے لئے بہترین مشق ہے، آپ بلور بینی سے بھی اپنا مقصد حاصل کر سکتے ہیں۔

مراقبہ اس صلاحیت کے حاصل کرنے میں بہترین نکات ہے۔ مراقبہ ارتکازِ توجہ کی اعلیٰ ترین مشق ہے۔ آپ کو سب سے پہلے ٹیلی پیتھی پر مکمل یقین کرنا ہوگا۔ آپ کے ذہن میں اس علم کے بارے میں کوئی وسوسہ۔ کوئی شکوک نہیں ہونے چاہئیے۔ اس کے بعد توجہ، یکسوئی کے اس عمل کو ہتھیار سمجھیں۔ اپنے ذہن میں خیالات کے ہجوم سے پاک رکھکر ہی آپ اپنے مقصد میں معراج حاصل کر سکتے ہیں۔

انتقالِ افکار گو کہ محنت طلب اور مسلسل مشق کا سفر ہے۔ اس مسافت میں آپکا کوئی شریک نہیں۔ یہ سفر آپ نے خود اکیلے طے کرنا ہے۔ اس روشنی کے مرکز تک پہنچنا ہے جو آپ کی منزل ہے، لیکن اس منزل کا کوئی خاکہ آپکا خیال، شعور نہیں بنا سکتا۔ یہ تو آپکی مشقوں اور یکسوئی

کے بعد ہی آپ اس قوت کا اندازہ لگا پائیں گے۔ لیکن یاد رکھیں آپ انتقالِ افکار کی مشق کے لئے اپنے ذہن کو آئینہ بنانا ہوگا تاکہ اس میں آپ دوسروں کی سوچیں بآسانی دیکھ سکیں۔

مشقیں

کسی بھی ہنر یا علم کو حاصل کرنے سے قبل آپ کو اس کے قاعدے و قوانین سے واقف ہونا ضروری ہے، ورنہ آپ اس علم و ہنر کی قوت و خصوصیات سے پوری طرح استفادہ حاصل کرنے سے محروم رہیں گے۔

اس کتاب میں ہم نے آپ کو ٹیلی پیتھی کے بارے میں ایک طالب علم کے لئے کافی مواد اکٹھا کر دیا ہے جو آپ کے عمل اور مشق کے دوران آپ کے لئے رہبر و مددگار ثابت ہونگے۔

مثالیں تو بے شمار دی جا سکتی ہیں، اس کتاب کی ضخامت متاثر ہوگی

اور ہم نہیں چاہتے کہ آپ دلائل و مثالوں میں الجھ کر اپنے مقاصد کو اختیار کی زحمت دیں۔ جو ضروری ہدایت اور "ٹیلی پیتھی" کے لئے اصلاح عمل بتائیں، وہ تقریباً تمام ابواب پر ہم روشنی ڈال چکے ہیں۔ اس کے سوا آپکی سمجھ میں کوئی بات نہ آئی ہو۔ یا الجھ رہے ہوں تو خط لکھ کر معلوم کر سکتے۔ آپ اپنی مکمل تشفی کرنے کے بعد مشقوں کو شروع کیجئے۔ جب تک آپکا شعور مطمئن نہ ہو آپ اپنی توانائی کو ضائع مت کیجئے۔

کھانے پینے میں احتیاط رکھیں

آپ نے اگر پختہ ارادہ کر لیا اور آپکی قوت ارادی بھی آپ کے طابع ہے تو مشقیں شروع کرنے سے قبل آپ کو اپنی جنسی حیثیت پر قابو پانا ہوگا۔ آپ کھانے پینے میں احتیاط کرنی ہوگی۔ وہ تمام اشیاء کو اپنی خوراک سے نکال دیں جو جنسی جذبات کو تپش دیتی ہوں۔ آپ اپنی زبان کے چٹخارے یا لذتِ حس کو کم کریں۔ چٹ پٹے پکوان سے اجتناب کریں۔

دورانِ مشق، ہلکی پھلکی غذا کو خوراک بنائیں۔ مثلاً:۔ دہی، بکری کا دودھ

پالک، ساگ، مونگ کی دال، توری، کدو، ٹماٹر، پھلوں میں سنگترہ، خوبانی کھیرا، انجیر وغیرہ وغیرہ۔ ایسی اشیاء استعمال مت کیجئے جس سے سانس میں بو آئے۔ اگر آپ سگریٹ پیتے ہیں تو اسے کم مقدار میں استعمال کریں اور مشق کرنے سے قبل دانتوں اور حلق کو خوب اچھی طرح صاف کر لیں۔ اسی طرح لہسن اور کچی پیاز سے اجتناب آپ کے لئے بہتر ہے۔ ان تمام اشیاء کو غذا سے خارج کر دیں، جو شہوانی جذبات کو ابھارتی ہوں اور نہ ہی ایسی اشیاء ہی استعمال کریں۔ جو بار بار ریح خارج ہونے کا سبب بنیں۔

مثلاً:۔ مولی وغیرہ۔ ہلکی غذائیں آپ کی ذہنی توانائی میں مسلسل اضافہ کرتی ہیں۔ اگر آپ ثقیل قسم کی خوراک لیں گے تو ظاہر ہے اس سے آپ کا جسم سست، آرام کا طالب اور پیٹ بھاری رہے گا۔ انسان کے تھکنے کی ایک وجہ یہ بھاری غذا بھی ہے۔ لہٰذا آپ ان ہدایت پر عمل کر کے ہی اپنے مقصد میں کامیاب ہو سکتے ہیں۔

اپنے عضلات کو پُرسکون رکھیے

یہ تو آپ خود بھی بہتر جانتے ہیں۔ تھکے ہوئے جسم، عضلاتی حرکات آپ کے ذہن سوچ کو درہم برہم کر کے رکھ دیتی ہیں۔ آپ کو چاہیئے مشق شروع کرنے سے پہلے اپنے جسم کو تابع کر لیجئے۔ جسم اور اس کے عضلات کو پُرسکون رکھیئے، ویسے بھی جب آپ کوئی منصوبہ ترتیب دے رہے ہوں یا کسی خاص موضوع کے بارے میں سوچ رہے ہوتے ہیں تو آپ ایسی جگہ کی تلاش میں ہوتے ہیں، جہاں سکون ہو، کوئی مداخلت بیجا کرنے والا نہ ہو۔ کوئی آپ کی سوچ کے تانے بانے کو منتشر نہ کرے۔

چاہے وہ کاروباری مسئلہ ہی ہو۔ یا کوئی تخلیق کا معاملہ، گھریلو مسائل ہوں یا اپنی ذات کے بارے میں کوئی لائحہ عمل، جو کچھ ہو۔ آپ اس لمحے سکون اور تنہائی چاہتے ہیں۔ ظاہر ہے آپ ایسی جگہ بیٹھ کر کام انجام دے سکتے ہیں۔

ناکہ بھاگتے دوڑتے کے دوران

آپ بھاگتے دوڑتے وقت یا سفر میں جہاں اور بھی بہت سے عناصر موجود ہوں آپ کا ذہن اس تیزی سے ہرگز نہیں سوچ سکتا۔ اور نہ ہی شعور اس قدر خوبصورت اور تخلیقی خاکے بنا سکتا ہے، یہ کام سکون اور تنہائی کا ہے، آپ کے پاس اگر یہ دونوں میسر ہوں تو آپکی سوچ نہ جانے کس بلندی تک پرواز کر جائے، اس کی قوت پرواز کا صحیح اندازہ لگانا از حد دشوار اور مشکل ہے۔

آپ کو اپنے جسم کو پُرسکون رکھنا ہے۔ اپنے عضلاتی حرکات پر مکمل دسترس ہونی ضروری ہے۔ جب آپکے اپنا عضلاتی حرکات پر مکمل اختیار حاصل ہو جائے گا تو آپ اپنے ذہن کو بھی یکسوئی دے سکیں گے، ہمارے عضلاتی نظام میں اگر انتشار ہو تو ہم کوئی بھی کام صحیح اور بہتر انداز و طریقے سے انجام نہیں دے پاتے، اگر آپ نے اپنی عضلاتی حرکات پر دسترس حاصل کر لی تو پھر آپ اپنے دماغی تخلیات کی کارکردگی پر اختیار حاصل کر سکتے ہیں۔ ہیں مشق شروع کرنے سے پہلے اپنے آپ کو مکمل طور پر تیار کر لینا چاہیئے ورنہ آپکی تمام محنت رائیگاں ہی جائے گی۔

آپ یہ مت سوچئے کہ ہمارے جسم کے عضلاتی نظام کا تعلق دماغ سے نہیں ہے۔ قدرت نے ہمارے جسم کے اندر جن عضلات سے مشینری بنائی ہے اس کے ہر عضو کا دوسرے عضو سے گہرا تعلق ہے۔ مثلاً چوٹ آپ کے پاؤں کے ناخن میں لگتی ہے لیکن اس سے آپکا پورا جسم متاثر

ہوتا ہے اور احساس بھی اس چوٹ کا ساتھ دیتا ہے اور ہمارا جذبہ میں بھی اس کی ٹیسیں محسوس ہوتی ہیں۔

آپ اگر اپنے دماغ سے کام لینا چاہتے ہیں تو آپ اپنے عصابی نظام اور عضلاتی حرکات میں مطابقت پیدا کرنی ہوگی، ان دونوں کا تعاون حاصل کرنا ہوگا۔ ان کی خوشنودی اور سکون ہی آپ کو اپنے مقصد میں کامیابی عطا کر سکتی ہے۔ اس علم کے ماہرین کا مشورہ ہے۔ یہ مشقیں خود کو مکمل طور پر تیار کرنے کے بعد عمل میں لائی جائیں۔

آپ جب پوری طرح تیاری کر لیں آپ کو اپنے عضلاتی اور اعصابی نظام پر دسترس حاصل ہو جائے تو مشقوں کو پرسکون اور رفتہ رفتہ آگے بڑھائیں، جلد بازی کا مظاہرہ ہرگز مت کیجئے۔ اس سے نقصان ہونے کا احتمال کہیں زیادہ ہے۔ ممکن ہے جو قوت آپ حاصل کرنے جا رہے ہیں، آپ اس کی شدت زوری دیکھ کر ڈر جائیں۔ خوفزدہ ہو جائیں۔ ہم آپ کو بتاتے چلیں کہ ان مشقوں کے دوران ایسا ممکن ہے،

لیکن ایک بات یاد رکھیئے اگر کوئی ڈرائیونگ کرتا ہے تو وہ اس بات سے باخبر رہتا ہے کہ کسی دن ایکسیڈنٹ بھی ہو سکتا ہے اور جسم کا کوئی اعضاء اپاہج، مفلوج یا ضائع بھی ہو سکتا ہے۔ ممکن ہے اس کی موت واقع ہو جائے۔ لیکن وہ ان تمام خدشوں، خوف سے ڈرائیونگ چھوڑ نہیں دیتا ہے۔ اس کی قوت ارادی اس کے تابع ہوتی ہے اور زندگی تو ہے ہی حادثوں کا نام پھر کیونکر خوف کھایا جائے۔ موت برحق ہے، پھر

کیوں زندگی کو خوف کی نذر کریں ——————

کیا جہاز کے پائیلٹ کو یقین ہوتا ہے کہ فضا میں جہاز بلند ہونے کے بعد دوبارہ زمین کو چھو سکے گا، خطرات تو دنیا کے ہر کام میں ہوتے ہیں۔ خوف اس وقت انسان پر طاری رہتا ہے جب تک وہ اس کام کو کرتا نہیں ہے جب اسے اس کام میں مہارت حاصل ہو جاتی ہے تو خوف خود بخود جاتا رہتا ہے۔ یہ انسان کے اپنے اعصاب کی کمزوری ہوتی ہے کہ خوف اسکی کمزوری پہ غالب آجاتے۔

ممکن ہے مشقوں کے دوران آپ کو بھی ایسے ہی خوف کا سامنا کرنا پڑے۔ اس کے لئے آپ خود کو پہلے سے تیار کر لیں۔ آپ کو اپنے اعصاب کو اس خوف سے محفوظ رکھنا ہے اگر آپ کو کوئی مافوق الفطرت دہشت ناک، مکروہ صورتیں نظر آئیں تو اسے نظر کا فریب سمجھ کر اس خوف کو اپنے ذہن سے اتار دیجیئے۔ ورنہ آپ اپنے مقصد میں کامیاب نہ ہو پائیں گے اور ممکن ہے اس خوف کی وجہ سے آپ بیمار ہو جائیں۔ یہ تو آپ کو خود بھی معلوم ہے جب انسان کے اعصاب کسی بھی چیز سے متاثر ہوتے ہیں تو ذہن بھی بے طرح متاثر ہوتا ہے اور ایسے میں کسی بھی اعصابی عضلاتی بیماری کا جسم میں داخل ہو جانا بعید نہیں۔ اس کے لئے آپ کو پہلے سے تیاری کرنی ہوگی۔

گو کہ "ٹیلی پیتھی" روحیت ہے۔ لیکن جیسا کہ ہم پہلے بھی عرض کر چکے ہیں کہ خوف اور خطرہ ہر کام میں ہے اور پھر آپ تو وہ قوت حاصل کرتے

جا رہے ہیں جس کا صرف تصور ہی کیا جاتا ہے، عملی طور پر اسے پانا جس قدر آسان ہے اس قدر مشکل بھی۔

بالکل ڈرائیور کی مانند جیسے آپ اسٹیرنگ پر بیٹھا دیکھتے ہیں جو آرام سے سیٹ پر بیٹھا اپنے دونوں ہاتھوں کو حرکت دیتا ہے۔ ظاہر ہے یہ کام آپکی ہی نظر میں نہیں بلکہ ہر دیکھنے والے کو آسان محسوس ہوتا ہے۔ لیکن جو اتنا آسان نہیں کیونکہ اس کی ذرا سی غفلت اپنے ساتھ دوسرے مسافروں کی زندگی بھی لے سکتی ہے۔ اسے ہر وقت ہر لمحہ چوکس رہنا ہوتا ہے وہ اپنے آپ کو پہلے سے تیار کر کے آیا ہوتا ہے۔ اس وقت ذہن ہر آلودگی سے پاک ہوتا ہے۔ اگر اس میں کسی قسم کا انتشار ہو تو ایکسیڈنٹ کا خطرہ حقیقت بن کر نہ جانے کتنی زندگیوں سے ان کی سانسیں چھین لے گا۔

نہ جانے کتنی بار دن میں خوف کو اپنے قریب محسوس کرتا ہے لیکن وہ خوف کو اپنے اعصاب پر حاوی کر کے بیمار نہیں ہوتا اور نہ ہی یہ کام چھوڑتا ہے۔

آپ شاید ایسے مرحلوں سے گزریں، خوف شکل بدل بدل کر آپ کے اعصاب کو مفلوج کرنے آئیں اور یہ بھی ممکن ہے آپ کو خوف آسیب آپ کے ارادے کو متزلزل کر دے لیکن آپ اس لمحے اپنی قوتِ ارادی کو بروئے کار لائیں اور حوصلے کو توانا رکھیں یہ خوف آپ کا کچھ نہیں بگاڑ سکتا۔

آپ کسی بھی صورت اپنے ذہن کو انتشار میں مبتلا مت ہونے دیں یہ بہت ضروری ہے کہ آپ کا دماغ پُرسکون ہو، یکسوئی، توجہ اپنے مقصد

پر مرکوز ہو۔ آپ اس وقت ہی کامیاب ہو سکتے ہیں۔ آپ میں یہ چند خوبیاں موجود ہیں تو آپ یقیناً اپنے مقصد میں کامیاب ہو سکتے ہیں، اچھی صحت، ذہن اور دل طور پُرسکون، لاشعور آپ کے اختیار میں ہو جنسی ہیجانات میں برف گھلی ہو۔ مقاصد کی بلندی اور مکمل عقیدے کا ہونا ضروری ہے۔

اگر آپ میں مندرجہ بالا خوبیاں ہیں تو آپ اپنے دماغ سے خارج ہونے والی لہروں کو اپنے طابع کرنے میں یقیناً کامیاب ہو سکتے ہیں ورنہ آپ کی محنت، جہد سب بیکار ہیں۔

آنکھیں کیا کہتی ہیں۔؟

تمہیں کہنے کی کوئی ضرورت نہیں۔ تمہاری آنکھیں وہ سب کچھ کہتی ہیں جو تم مجھ سے چھپا رہی ہو۔ نہ جانے اس کی آنکھوں میں کیا ہے۔ میں کوشش کے سوا ــــ اس کی طرف دیکھنے کی جرأت نہ کر سکا۔

معلوم نہیں اس کی آنکھوں میں کونسا جادو ہے۔ میں نہ چاہتے ہوئے بھی اس کی طرف کھنچتا چلا جاتا ہوں۔ اس قسم کے جملے آپ نے اکثر سنے ہوں گے اور یہ ایک حقیقت بھی ہے، شاید زندگی میں آپکے ساتھ بھی اس قسم کا کوئی رابطہ رہا ہو۔ آپ کو بھی ایسی آنکھوں سے واسطہ پڑا ہو۔ کسی شاعر نے ان آنکھوں کے لئے کیا خوب کہا ہے

ے "تری آنکھوں کے سوا دنیا میں رکھا کیا ہے"

اس نے انکی خوبصورتی سے مغلوب ہو کر حسن کی شان میں کہا

ہوگا۔ لیکن اسے ان آنکھوں کے بارے میں پوری طرح علم نہ ہوگا۔ اگر اسے اپنی ان آنکھوں کی قوت کا اندازہ ہوتا وہ اپنی آنکھوں کی قوت کو آزما کر اس حسن کو عشق کی جیت میں بدل لیتا۔

آنکھ شخصی کائنات کا ایک اہم ترین ذریعہ ہے۔ یہ بے ضرر ہے لیکن مہلک ہتھیار بھی ہے لیکن اس ہتھیار کو استعمال کرنے کا طریقہ آنا ضروری ہے۔ یہ آنکھ ہی ہے جو کسی دوسرے شخص کو اپنی طرف متوجہ کرتی ہے اور اس قابل بنا دیتی ہے کہ آپ کی ترغیب یا تحریک ذہن مکمل طور پر قبول کرے، اگر آپ اس ہتھیار کو صحیح طریقے سے استعمال کرنے کے فن سے آشنا ہوں تو یہ ناممکن ہے کوئی اس کے دائرۂ اثر سے بچ نکل سکے۔

آپ نے اکثر یہ محسوس کیا ہوگا، جب آپ کی آنکھوں میں اپنی نظریں مرکوز کر کے بات کرتے ہیں۔ چند لمحے بعد وہ اپنی نظروں کو زاویہ بدل لیتا ہے یا آپ ایسا کر لیتے ہوں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ جب آپ اپنی آنکھوں کو مرکوز کر کے بات کرتے ہیں تو ان آنکھوں میں پوشیدہ برقی لہریں خارج ہو کر اس پر پوری طرح اثر انداز ہونے لگتی ہیں اور اس کی آنکھیں اس قوت کو برداشت نہیں کر پاتیں اور جب آپ دوسروں کی نظروں کی تاب نہیں لاتے تو اس کا مقصد ہے کہ اس کی آنکھوں میں یہ مقناطیسی لہریں زیادہ قوت بخشتی ہیں جس کے سامنے آپکی نظریں شکست خوردگی سی محسوس کرتی ہیں۔

ہر انسان کے ساتھ اس قسم کے واقعات رونما ہوتے رہتے ہیں لیکن انسان خود کبھی ان باتوں، واقعات پر توجہ نہیں دیتا حالانکہ اس کے اپنے

پاس یہ قوت ہوتی ہے جو وہ خود دن بدن اس کو کمزور کرتا چلا جاتا ہے، اسکو یہ احساس ہی نہیں ہوتا کہ وہ کیا کر رہا ہے۔

آپ کی یہ آنکھیں ہی ہیں جو ذہن تک رسائی کرتی ہیں روحیت کے لئے یہ ضروری ہے کہ آپکی نظر ثابت اور برقرار رہے اس میں اضطراری کیفیت نہ ہو اور یہ اس وقت ممکن ہے جب آپ شمع بینی، بلور بینی کی مشق تواتر سے کریں۔

اس دوران آپ کی یہ کوشش ہونی چاہیئے کہ آپکی نظروں کو مرکزیت حاصل ہو اور یہ مرکزیت شمع بینی کی تربیت کے بعد ہی آپ کو حاصل ہو سکے گی۔ یہ مرکزیت حاصل کر لینا اتنا آسان نہیں، ٹیلی پیتھی میں مرکزیت کو جو اہمیت حاصل ہے وہ جسم میں ریڑھ کی اہمیت رکھتی ہے، لیکن یہ صرف مرکزیت ہے، اس کے آگے یہ آنکھیں ذہن تک جب آپکی رسائی کر دیں گی تو ٹیلی پیتھی کی مشق شروع ہوگی۔ مستقبل بینی کی مشقیں بھی مرکزیت حاصل ہونے کے بعد آپ کر سکیں گے۔

جب آپ کو یہ یقین ہو جائے کہ اعصابی یکسوئی، توجہ کی مشقیں کر چکے ہیں اور آپ کو اپنے اعصاب اپنے عضلات، خیال پر دسترس ہو گئی ہے تو آپ کو اب مشقیں شروع کر دینی چاہئیں۔ لیکن مشقیں شروع کرنے سے قبل آپ ایک بار پھر اپنے پر نظر ڈال لیجئے۔ آپ اس کے تمام قواعد اور اسرار کو اچھی طرح سمجھ چکے ہیں، کوئی چیز بھول تو نہیں رہے ہیں۔

آپ نے شمع بینی اور بلور بینی سے اب تک کیا حاصل کیا ہے۔ اگر آپ شمع بینی سے شروعات کر رہے ہیں تو آپ شمع بینی کے قواعد کو اچھی طرح

سمجھ لیجئے۔ اس کے بعد عمل کیجئے۔ جیسا کہ ہم پہلے بھی آپ کو آگاہ کر چکے ہیں کہ شمع بینی یکسوئی، توجہ اور مرکزیت حاصل کرنے میں اہم مشق کی حیثیت رکھتی ہے۔ اس لئے اس پر سب سے پہلے توجہ دیجئے۔ اس پر اس قدر عبور حاصل کرنے کی کوشش کریں، جتنی کہ آپ کے ہاتھ کی انگلیوں کو کھانے کے دوران نوالہ اٹھانے اور منہ میں پہنچانے کی مشق ہے۔ آپ کو انہیں حکم نہیں دینا پڑتا کہ وہ یہ کام انجام دیں۔ بلکہ دسترخوان پر بیٹھتے ہی ان کی خود یہ کوشش عمل کی صورت اختیار کر لیتی ہے۔

یہی خوبی آپ کی آنکھوں میں پیدا ہونا چاہیئے، آپ کے ارادے کو فوری طور پر عمل عطا کر دیں۔ جیسا کہ ہم اس سے قبل آپ کو بتا چکے ہیں۔ آنکھیں جہاں آپ کو دنیا کے دلکش رنگوں سے آشنائی دیتی ہیں۔ وہاں یہ مہلک ہتھیار بھی ہے۔ ہمارے دماغ میں جو خوابیدہ یا نیم بیداری کے عالم میں طاقتیں موجود ہیں۔ انہیں مسخر کرنے کے لئے ہمیں آنکھوں سے کام لینا پڑے گا اور اس کے لئے نظر کی یکسوئی، توجہ مرکزیت ضروری ہے۔

یہ تو آپ کو معلوم ہی ہے آنکھ شخصی تاثرات میں ایک اہم ترین ذریعہ ہی نہیں بلکہ اہم کردار بھی ادا کرتی ہے۔ اس لئے ہمیں چاہیئے کہ سب سے پہلے ان آنکھوں کی اہمیت اور نظر کی جادوگری کو خوب بہتر طور پر سمجھیں، اس کی افادیت کے ہر نقطۂ نظر کو ملحوظ رکھیں، جب تک آپ کو ان کی اہمیت اور طاقت کے بارے میں پوری طرح معلوم نہ ہوگا، آپ اپنی منزل سے دور رہیں گے، ان راستوں سے ناواقف ہی رہیں گے، جس کی آپ کو تلاش

ہے جس کے لئے آپ سرگرداں ہیں۔ اس لئے آپ کی یہ کوشش ہونی چاہئے کہ شمع بینی کے لئے جیسا کہ ہم اس سے قبل بھی آپ کو بتا چکے ہیں کہ صرف ایک موم بتی اور پُرسکون جگہ درکار ہوتی ہے۔ جہاں آپ کی سماعت ہر قسم کے شور و فضولیات ہنگم سے محفوظ رہے۔ جہاں آپ کی توجہ و یکسوئی کو کوئی خطرہ نہ ہو۔

اس کام کے لئے آپکو ایک وقت مقرر کرنا ہوگا اور اس وقتِ مقرر پر آپ شمع بینی کی مشق کو انجام دیں گے، یہ بھی ضروری نہیں کہ آپ یکمشت اپنی نظروں کو شمع کی لو پر اس قدر وقت دیں کہ وہ ناکارہ ہو کر رہ جائیں۔ آپ کو آہستہ آہستہ اپنا وقت بڑھانا ہوگا۔

پہلے روز ممکن ہے آپ چند سیکنڈ ہی اس مشق کو کر سکیں۔

شمع بینی ___ مُستقبل بینی

شمع بینی کے لئے آپ موم بتی کو کسی اونچی چیز پر رکھ دیں کہ اس کی لَو آپکی نظروں کو عین سامنے ہو۔ آپ اس سے چند فٹ کے فاصلے پر آلتی پالتی مار کر آرام سے بیٹھ جائیں۔ جسم کو پوری طرح آرام دہ حالت میں رکھیں اور پھر آپ اپنی نظروں کو اس شمع کی لو پر مرکوز کر دیں اس دوران کوشش کریں کہ آپ کی پلکیں نہ جھپکیں، یہ ضروری نہیں آپ اپنی نظر میں پہلی یا دوسری کوشش میں کامیاب ہو جائیں۔ ممکن ہے آپ کو یہ مشق کافی روز تک جاری رکھنی پڑے، آہستہ آہستہ آپ اپنی جہد میں کامیاب ہو سکیں گے۔

اور ایک روز آپ یقیناً اس لَو کو اپنا طابع کرنے میں ضرور کامیاب ہو جائیں گے، لیکن اس کے لئے آپ کو اپنی قوتِ ارادی سے بھرپور مدد لینی ہوگی۔ جب آپ اپنی پلکیں جھپکائے بغیر تین منٹ تک اس لَو پر

نظر جمانے میں کامیاب ہو جائیں تو آپ جان لیں کہ اس راستے پر آپ کا سفر شروع ہو چکا ہے۔ جو آپ کے مقصد کی منزل تک رہنمائی کرے گا۔ یہ قائم نظری کی مشق "خیال" کی قوت کو مسخر کرنے کی استاد کی حیثیت رکھتی ہے اس کے بغیر ادراک مادوائے حواس کی تربیت ناممکن ہے۔ دماغی صلاحیتوں و طاقتوں کو سرگرم کرنے کے لئے لازم ہے آپ قائم نظری کی مشق پر بھرپور توجہ دیں۔ اس پر مکمل طور پر عبور و دسترس حاصل کریں۔ خیال کی قوت کو مسخر کرنے میں قائم نظری کی مشق ہی آپ ماہر بنا سکتی ہے۔

ہم نے اسی لئے اس پر بھرپور توجہ بھی دی ہے اور بار بار آپ کو ذہن نشین بھی کروایا ہے ہیں۔ اگر آپ نے شمع بینی پر عبور حاصل کر لیا تو اس کے بعد آپ باآسانی مستقبل بینی _____ کی مشق کر سکیں گے دنیا کا کوئی کام بھی ہو۔ مسلسل کوشش، جہد، ریاضت، مشق کے بغیر ناممکن ہے۔ اس طرح ذہنی تربیت خیالات کی تسخیر کے لئے بھی آپ کو مسلسل مشقیں کرنا ہوں گی، مسلسل مشق کے بعد آپ خود اپنے اندر تبدیلی محسوس کرنے لگیں گے۔

جیسا کہ ہم پہلے بھی عرض کر چکے ہیں انسان کو اللہ تبارک تعالیٰ نے جب اشرف المخلوقات کا درجہ عطا کیا ہے۔ کائنات کی وہ کون سی چیز ہے جسے انسان تسخیر کرنے سے مجبور ہے۔ رب الکائنات نے انسان کو وہ تمام قوت، عقل اور وصف عطا کیا۔ جس سے روح زمین پر موجود دیکھی ان دیکھی ہر شے کو تسخیر کر سکتا ہے۔ یہ انسان کے اپنے اختیار میں ہے وہ چاہے تو مندر بن کر اس دنیا میں اپنی زندگی کے دن پورے کر کے ابدی نیند سو جائے

یا کسی بھی قوت کو تسخیر کر کے خود بھی بلند مرتبہ حاصل کرے اور مخلوقات خدا کو بھی اس سے استفادہ بخشے اور موت کے بعد اچھے نام کے ساتھ یاد آوری چھوڑ جائے _____

ٹیلی پیتھی کی قوت کے بارے میں ہم پچھلے ابواب میں بہت کچھ تحریر کر چکے ہیں اس لئے مزید تحریر کر نا صفحات کی ضخامت بڑھانے کے سوا کچھ نہیں۔ اس لئے ہم ان مشقوں کے بارے میں آپ کو بتاتے ہیں۔ ان مشقوں کے دوران آپ اپنے اندر موجود کن کن قوت کو تسخیر کر کے اپنی قوت کو بڑھا سکتے ہیں _____

قائم نظری کی مشق کے لئے شمع بینی، بلور بینی کو دوسری تمام مشقوں پر فوقیت حاصل ہے جب آپ ان مشقوں پر دسترس حاصل کریں گے تو دماغ سے خارج ہونے والی لہریں نئے نئے رنگوں سے آشنائی دینے لگیں گی۔ ممکن ہے آپ نے ان رنگوں کے سیل کو اس سے قبل کبھی محسوس نہ کیا ہو آنکھوں کے پردے پر رقص کرتے ہوئے یہ رنگ کوئی مجسم صورت اختیار کر لیں۔ یہ بھی ممکن یہ صورتیں آپ نے پہلے کبھی نہ دیکھی ہوں۔ اور یہ بھی ہو سکتا ہے یہ صورتیں آپ نے عرصہ دراز قبل دیکھی ہوں جو آپ کے لاشعور میں کہیں روپوش ہو گئی تھیں اور ایک عرصہ سے آپ کی خواہش تھی یہ صورتیں کسی طور مجسم ہو کر آپ کے روبرو آ جائیں۔

دراصل یہ واقعہ تو آپ کے ذہن میں موجود تھا۔ لیکن ذہن کی غیر حواسی صلاحیتوں کو بیدار کرنے کی آپ میں وہ قوت موجود نہیں تھی جو اس واقعہ

آپ کی خواہش پر روبرو کر دیتا۔ اور اب جبکہ آپ کی ذہنی صلاحیتوں نے بیدار ہونا شروع کیا ہے تو آپکا غیر محسوس اشارہ اس واقعہ کو آپ کے سامنے لے آیا ہے۔ یہ بھی ممکن ہے آپ نے اُس واقعہ کے بارے میں قطعی نہ سوچا ہو، اور لاشعور نے آپ کو خوفزدہ کرنے کیلئے اس واقعہ کو مجسم آپکے روبرو کر دیا ہو۔

ایک بات یاد رکھیئے، مستقبل بینی کی مشق کے دوران اس قسم کے اور بھی بہت سے واقعات ہو سکتے ہیں، ممکن ہے مشق کے دوران آپ سر اُٹھا کر دیکھیں تو ایک بھیانک صورت کھڑی ہو اور اس کی دہشت ناک سُرخ سُرخ آنکھیں آپ کو گھور رہی ہوں۔ مستقبل بینی کی مشق میں یہی وہ مقام ہے جہاں آپ کو اپنی قوت ارادی سے کام لے کر خود کو ہر لمحہ، ہر وقت ہر واقعہ سے نبرد آزمائی کے لئے تیار رکھنا ہے، خوف سے آپ کو لڑنا ہے۔ خوف باہر نہیں آپ کے اندر موجود ہوتا ہے، اگر آپ نے اپنے اندر سے خوف کے ہر مُراب کو نکال دیا تو پھر آپ کو کوئی چیز خوف زدہ، پریشان نہیں کر سکتی ہے۔ مستقبل بینی کی مشق کے دوران ایسے کئی واقعات ہو سکتے ہیں۔ جب آپ اس مشق سے فرار اختیار کرنے کی سوچیں اور ہو سکتا ہے آپ ٹیلی پیتھی کی مشق کو ترک ہی کر دیں۔

لیکن یاد رکھیئے! آپ نے اگر ایسا کیا تو یہ آپ کی بزدلی ہو گی، قوت ارادی کی کمزوری ہو گی، آپ کو اس طرح اپنی محنت و ارادے کو خاک نہیں کرنا چاہیئے۔ اگر آپ نے ان سایوں سے بُری طرح سے خوفزدہ ہو کر مشق کو ترک کر دیا تو پھر آپ زندگی بھر کف افسوس ملتے رہیں گے اور بزدل آدمی تو ٹیلی پیتھی پر کیا منحصر ہے دنیا میں کسی کام میں ترقی کی وہ منزلیں طے نہیں کر سکتا جو

بلندی، ترقی کی اس منزل تک پہنچا دے جسکی انسان خواہش کرتا ہے۔

دنیا کے ہر کام میں خطرہ تو بہر حال موجود ہے۔ اب آپ ڈرائیونگ کو لے لیجیئے۔ اسٹرنگ پر بیٹھنا جس قدر آسان ہے گاڑی کو سڑک پر رفتار دینا اس قدر خطرناک ہے۔ نہ جانے کس وقت کوئی گاڑی سامنے سے آجائے اور ایکسیڈنٹ ہو جائے، کس وقت اچانک بریک فیل ہو جائیں اور گاڑی بے قابو ہو کر کسی درخت، مکان کی دیوار سے جا ٹکرائے، موت کا خوف تو موجود ہے۔

اگر آپ کسی شو روم کے مالک ہیں یا جیولرز ہیں تو بھی خطرہ موجود ہے۔ ممکن ہے آپ کی دکان میں ڈاکو گھس آئیں اور آپ کی جان کو خطرہ لاحق ہو جائے اور یہ بھی ہو سکتا ہے آپ غریب آدمی ہیں اور پیدل سڑک عبور کرتے ہوئے کسی گاڑی کی زد میں آجائیں، اللہ نہ کرے یہ حادثے آپ کے ساتھ پیش آئیں۔

ہمارے کہنے کا مقصد نہ صرف اس قدر تھا۔ زندگی کو خطرہ تو ہر صورت میں ہے۔ موت کا خوف ہر لمحہ انسان کے اندر سرگوشی کرتا رہتا ہے۔

پھر اگر ٹیلی پیتھی کی مشق کے دوران یہ سائے ہمیں خوفزدہ کرنے کی کوشش کرتے رہیں تو ہمیں چاہیئے کہ ان کا حوصلے اور قوت ارادی سے بھرپور طریقے سے مقابلہ کریں۔ اپنی مشق کو پوری دلجمعی سے جاری رکھیں اپنی قوت ارادی سے ان پر دسترس حاصل کریں۔ اور یہ کوئی مشکل کام نہیں ہے، اگر آپ کے عزم مضبوط ہیں تو یقیناً آپ اپنے مقصد کو وہ بلندی عطا کر سکتے ہیں جو انسان کی معراج ہے۔

آپ کو چاہیئے ان مشقوں سے قبل ہر خطرے اور خوف کا سامنا کرنے کے لئے تیار رہیں، آپ کو چاہیئے اپنے اعصابی اور عضلاتی اختیار کی مشق کریں، کیونکہ مشق کے دوران اگر آپ کو اپنے اعصاب و عضلات پر قابو پانے کا اختیار ہو گا تو پھر آپ کو کسی قسم کی کوئی مشکل پیش نہیں آئے گی۔ اپنے جذبات کو بھی قابو کرنے میں آسانی رہے گی۔

آپ جب بھی کوئی کام کرنے کے بارے میں سوچیں پہلے اس کے نفع و نقصان کو سامنے رکھیں۔ ان مشکلات و خطرات کو بھی مدِ نظر رکھیں۔ ہر سو اس کا جائزہ لیں، اس کے بعد پورے اعتماد سے اپنے اس کام کو انجام دینے کی بھرپور کوشش کریں۔

جب آپ اس کام میں پیدا ہونے، نمودار ہونے والے ہر خطرے اور خوف سے پہلے سے اچھی طرح آگاہ ہو چکے ہوں گے، تو آپ کو کام کے دوران پھر کوئی خوف، خطرہ رکاوٹ نہ بن سکے گا۔

ایک بات اور میں آپ کے گوش گزار کرتا چلوں۔ ٹیلی پیتھی، مستقبل بینی کی مشق کے دوران آپ کو یکسوئی اور توجہ درکار ہے۔ لیکن بعض اوقات واہمے اور خیالی خوف انسان کی تمام محنت کو خاک کر دیتے ہیں۔ اس لئے آپ کو چاہیئے اپنے ذہن سے ہر قسم کے واہمے اور خیالی خوف کو ذہن سے پوری طرح صاف کریں۔ مشق کے دوران بدحواس اور پریشان ہونے کی قطعی ضرورت نہیں۔ بعض اشخاص خواہ مخواہ خوفزدہ ہو جاتے ہیں، حالانکہ ہوتے ہیں پریشانی کی کوئی ایسی بات نہیں ہوتی۔ دراصل ہر خوف ان

کے ان واہموں کی پیداوار ہوتے ہیں۔ جو کسی طور ان کے لاشعور میں پوشیدہ رہتے ہیں۔ لیکن جیسے ہی آپ کسی کام کو انجام دینا چاہتے ہیں یہ واہمے آپ کو خوفزدہ کر دیتے ہیں۔ واہمے کی کوئی حقیقت نہیں ہوتی اس لئے آپ کو چاہیئے اس قسم کی فضولیات سے اپنے ذہن کو شفاف رکھیں۔

اپنی شخصیت کو نکھاریئے

آپ نے ان اشخاص کو دیکھا ہو گا، جو خواہ مخواہ اپنے اندر فضول قسم کی عادت پیدا کر لیتے ہیں اور یہ عادتیں بعض اوقات ان کے کام کے دوران پریشانی کا باعث بن جاتی ہیں۔ ان ارادوں میں حائل ہو کر ان کے عزم کو پامال کرنے میں اہم کردار ادا کرتی ہیں۔

اس لئے آپ کو چاہیئے کہ اپنی روزمرہ زندگی میں کوئی بھی ایسی عادت نہ اپنایئے جو کسی وقت آپ کے لئے پریشانی کا سبب ثابت ہوں کچھ حضرات میں ایسی نازیبا قسم کی عادتیں پڑ جاتی ہیں جو دیکھنے والوں کے لئے نفرت کا باعث ہوتی ہیں۔ مثلاً:۔ ناخن دانتوں سے کترنے کی عادت

اگر آپ میں یہ عادت ہے تو آپ کو احساس بھی نہیں ہوگا کہ آپ کسی محفل، تقریب یا مسجد میں بیٹھے ہیں آپکی انگلیاں دانتوں کے درمیان ہونگی اور آپ ناخن کتر رہے ہوں گے، اسی طرح بعض اشخاص خواہ مخواہ اپنے پیروں کو حرکت دیتے رہتے ہیں۔ بعض حضرات کو آنکھیں جھپکانے کی عادت ہوتی ہے ——————

ہمارے کہنے کا مقصد یہ تھا کہ اللہ تعالیٰ نے آپکو بہتر صورت عطا کی ہے، آپ معقول انسان ہیں پھر آپ نے یہ عادتیں کیوں اپنا رکھی ہیں۔ اگر آپ میں اس قسم کی کوئی عادت ہے تو فوراً اس کو ترک کیجئے۔ ممکن ہے آپ میں کچھ ایسی عادتیں بھی ہوں جو ہیجان، اضطرابی کیفیت کا باعث ہو۔

بعض حضرات اچھی بھلی صورت کو مضحکہ خیز بنا لیتے ہیں، کوئی بات کرتے وقت ہونٹوں کو ترچھا کر لیتا ہے، کوئی ناک چڑھا کر گفتگو کرتا ہے۔ آپ نے اکثر گویوں کو دیکھا ہوگا جو چہرے کو کارٹون بنا لیتے ہیں۔ ویسے تو وہ معقول صورت نظر آئیں گے لیکن گاتے وقت ان کا چہرہ عجب بدصورتی اختیار کر لیتا ہے۔

اس قسم کی بے شمار عادتیں ہیں جو دلکش شکل و صورت اور معقول انسان کو بدصورت بنا دیتی ہیں اگر آپ میں اس قسم کی کوئی عادت ہے تو اسے فوراً ترک کرنے کی کوشش کریں۔ ممکن ہے ان میں سے کوئی عادت آپ کو مشق کے دوران پریشان میں مبتلا کر دے۔

اپنے آپ کو نکھارئیے اچھی اور معقول صورت بھی انسان پر اچھا اثر ڈالتی

ہیں، خواہ مخواہ ادھر اُدھر اپنی آنکھوں کو گردش مت دیجئے۔ اگر آپ غصیلے ہیں تو اپنی اس عادت کو ختم کر دیجئے۔ آپ کی اپنی اس عادت کی وجہ سے آپ کا حلقۂ احباب، رشتے دار، گھر والے سب ہی آپ سے ناخوش ہوں گے، اس لئے آپ کو چاہیئے کہ ایسی عادتوں سے جس قدر جلد ممکن ہو سکے نجات حاصل کریں۔

ٹیلی پیتھی کی مشق کے لئے بھی یہ ضروری ہے کہ آپ کسی بھی غیر فطرتی عادتوں میں مبتلا نہ ہوں جو مشق کے دوران آپکی محنت کو خاک بنا دے، جیسا کہ آپ کو معلوم ہے کہ آپ اپنے ذہن سے اس قوت کو حاصل کرنے کی کوشش کر رہے ہیں جو غرور و تکبر سے پاک ہو کر ہی آپ اسے پا سکتے ہیں۔ نیت کا پاک ہونا اس کی پہلی سیڑھی ہے ——————

اگر آپکے ذہن میں کسی بھی قسم کی کوئی گندگی، غبار، دھول موجود ہے تو آپ پہلے اپنے ذہن کو اس قسم کی فضولیات سے صاف کریں، ورنہ آپ کبھی بھی اپنے اعلیٰ و بلند مقصد میں کامیاب نہ ہو سکیں گے۔ اپنے ذہن کو شیشے کی مانند شفاف کریں تاکہ آپ جب مشق کریں تو اس میں آنے والی ہر تصویر کو آپ بہتر طور پر دیکھ سکیں یا آپ جس کو دیکھنا چاہتے ہیں اس کا چہرہ واضح طور پر نظر آ سکے ——————

آپ کوئی جادو ٹونہ تو سیکھنے کی کوشش تو نہیں کر رہے ہیں جو ہر گندگی کو قبول کر کے آپ کے مقصد کی تکمیل ہو جائے گی، آپ اپنی ذہنی قوت کو سر کرنے جا رہے ہیں۔ جس کیلئے یہ ضروری ہے کہ آپ جسمانی، عضلاتی اور اعصابی طور پر ہر گندگی سے پاک ہوں۔ ہر بری عادت سے مبرا ہوں۔

اگر آپ تھوڑی سی کوشش کریں تو یقیناً ان عادتوں سے نجات پا سکتے ہیں۔ آپکی شخصیت نکھر سکتی ہے اور ٹیلی پیتھی اور مستقبل بینی کی مشق میں آپ کو آسانیاں میسّر آجائیں گی۔ مشق شروع کرنے سے قبل آپ اپنی تمام عادتوں اور اضطراری حرکتوں سے نجات حاصل کرلیں تو بہتر ہے۔

اگر آپ نے ہمارے کہنے پر عمل کیا تو آپ خود بھی چند روز بعد یہ محسوس کرنے لگیں گے آپ اپنے حلقے واحباب کی پسندیدہ شخصیت بنتے جارہے ہیں۔

مشق کس طرح کی جائے؟

جیسا کہ ہم آپ کو بتا چکے ہیں آپ ٹیلی پیتھی اور مستقبل بینی کے لئے شمع بینی، بلور بینی سے استفادہ حاصل کر سکتے ہیں۔ کیونکہ قائم نظری کے لئے یہ بہتر مشق ہیں۔ اس کے سوا ذہن کی یکسوئی کی مشق آپ ان اشیاء کے سوا دیگر ذریعہ سے بھی کر سکتے ہیں۔

مثلاً کسی پتھر یاقوت، نیلم، زمرد، عقیق وغیرہ وغیرہ آپ کا مقصد ذہن وخیالات میں یکسوئی پیدا کرنا ہے۔ قائم نظری، ٹیلی پیتھی و مستقبل بینی کی پہلی سیڑھی ہے۔ جب تک آپ اپنی نظر اور خیالات کو یکسوئی سے

ہمکنار نہیں کریں گے۔ اس وقت تک ناممکن ہے کہ آپ اپنے مقصد میں کامیاب ہوں۔

آپکے شاید ابھی اندازہ نہیں کہ آپ کس چیز کو تسخیر کرنے جارہے ہیں۔ اگر آپ میں یہ قوت آگئی تو آپ کی ادنیٰ نظر بھی وہ کام کر دے گی۔ جس کا تصور بھی اس وقت ناممکن ہے۔ آپ کے خیالات کی لہریں برقی شعاعوں سے کہیں زیادہ طاقتور اور پراسرار ہیں اور آپ کو اپنے خیالات کی اس قوت کو بھی تسخیر کرنا ہے۔ جب آپ قائم نظری کی مشق پر عبور حاصل کرلیں گے تو آہستہ آہستہ آپ کے ذہن کی لہریں پرواز کرنے لگیں گی۔ وہ وسعت اختیار کرتی چلی جائیں گی۔

فطرت کے رنگ خیالات سے ہم آہنگ ہو کر آپ سے سرگوشیاں کرنے لگیں گے، یہ آپکی سوچ اور اس کی وسعت پر منحصر ہے وہ کس قدر سفر کر سکتی ہے۔ اس وقت آپ کا خیال کس تصور جمال سے آہنگ ہونا چاہتا ہے۔ ہر خیال اپنے مخصوص انداز میں اپنا اظہار کرتا ہے۔ یہ ایک فطری اصول ہے ہر چیز اپنی مشابہ چیز کی طرف کھنچتی ہے۔ اس لئے آپ کو اپنے خیالات کی پاکیزگی ملحوظ رکھنا چاہیئے اگر آپ کے خیال میں کوئی گرہ ہوئی تو یقیناً اس کا اثر آپ کے ذہن پر ہوگا۔ اس لئے آپ کو چاہیئے اپنی سوچ تعمیری اور پاکیزہ رکھیں تاکہ آپ کے خیال کا سفر بلندی کی سمت تیزی سے محو پرواز ہو سکے۔

مشق کے دوران ممکن ہے آپ کچھ عرصہ بعد اکتاہٹ محسوس کریں کیونکہ آپ کے حسب منشا نتائج آپ کے حوصلے وادارے کو تقویت دینے سے قاصر رہیں۔ ایسے میں آپ اکتاہٹ سے جلد از جلد نجات پائیں، ہر قسم کے فضول خیالات

ذہن سے خارج کر کے اپنے ارادے کو روحیت کی اس بلند منزل کا احساس دلائیں جسے پانے کے لئے آپ یہ مشق کر رہے ہیں۔

کامیابی کا انحصار مسلسل کوشش و محنت اور آپکی قوت ارادی کی مضبوطی پر ہے۔ ناکامی کا لفظ انسان کی لغت میں کوئی معنی نہیں رکھتا۔ آپ اپنے ذہن و ارادے کو یہ یقین دلا دیں کہ آپ نے وہ منزل حاصل کرنی ہے، آپ ضرور کامیاب ہوں گے۔ چاہے اس کے لیے کتنا ہی عرصہ کیوں نہ درکار ہو۔ ہم ایک دن روحیت کی اس قوت و طاقت کو پالیں گے۔ جو آج صرف ایک خواب کی مانند ہے۔ اس خواب کی تعبیر بہت جلد ہمارے سامنے ہو گی۔ اگر آپ نے اپنے ارادے کو یہ استقامت دے دی تو یاد رکھیئے آپ روحیت کے اس اعلےٰ مقام پر ہوں گے، جہاں آپ کے ذہن کی وسعت کائنات کے بہت سے اسرار و رموز سے آگاہی دے کر آپ کے انفرادیت سے نواز دے گی۔ مشق کے دوران آپ شمع بینی پر آہستہ آہستہ اپنے وقت بڑھایئے۔ پہلے روز چند سیکنڈ، دوسرے روز مزید چند سیکنڈ، آپکی نظریں شمع کی لو پر یکساں قوت سے جمی رہیں، پہلے روز آپ کو کئی بار یہ کوشش کرنی ہو گی۔ دس سے پندرہ منٹ تک آپ پلک جھپکنے کے سوا اپنی کوشش جاری رکھیئے۔

اور پھر ہر روز اپنی کوشش تسلسل سے جاری رکھیں۔ جب آپ یہ محسوس کریں کہ ایک منٹ بغیر پلکیں جھپکائے نظریں لو پر قائم رہنے میں کامیاب ہو گئی ہیں تو آپ پہلے سے زیادہ دلچسپی سے اپنی کوشش جاری رکھیں۔ ممکن ہے آپ کو اس مشق میں کامیابی حاصل کرنے کے لئے کئی ہفتے، مہینے لگ جائیں لیکن اسے

چھوڑیئے نہیں، ہر روز آپ کی قوت (قائم نظری) بڑھتی چلی جائے گی۔ اگر آپ آنکھوں میں تھکن، درد محسوس کریں، یا پانی بہنے لگے تھے تو مشق کے بعد ان میں عرق گلاب ڈالکر آرام سے دراز ہو جائیں اور آنکھیں بند کر کے سکون دینے کی کوشش کریں۔

اگر زیادہ تکلیف محسوس کریں تو گلاب کے عرق میں معمولی طور پر پسی ہوئی ہلدی ملا لیں اور انہیں اپنی آنکھوں میں ٹپکائیں اس کے بعد آنکھیں بند کر کے سو جائیں۔ گلاب کے عرق کا استعمال آپ ویسے بھی عام طور پر جاری رکھیں یہ نہایت مفید چیز ہے۔ جب آپ کی مشق (قائم نظری) کا وقت تین منٹ ہو جائے تو آپ سمجھ لیجیئے ٹیلی پیتھی کی پہلی سیڑھی پر آپ نے قدم رکھ لیا ہے۔

یہی وہ مقام ہے جہاں انسان کی محنت روحیت کے مرحلے میں داخل ہوتی ہے، اپنے ذہن کو ہر قسم کے خلفشار سے پاک کر کے نظروں کو اس پر جما دیں۔ اس مدت کے بعد آپ دیکھیں گی کہ موم بتی سے رنگوں کے جگنو اٹھکیلیاں کرتے ہیں لو بلندی ہو رہی ہے اور آہستہ آہستہ یہ مجسم ہوتی جا رہی ہے، ممکن ہے آپ کا ذہن اس لو کو مختلف صورتوں میں محسوس کرے یہ خوبصورت شکلیں بھی ہو سکتی ہیں اور بھیانک روپ بھی آپکو نظر آئیں، لیکن آپ گھبرانے یا خوفزدہ ہونے کی بجائے اپنی مشق کو جاری رکھیں اپنی قوت ارادی سے بھرپور استفادہ حاصل کریں۔ کچھ عرصہ بعد آپکا ذہن خیالی وسعتوں کو چھونے لگے گا اور آپ کا ذہن خیال کے فاصلوں کو سمیٹ کر آپ کو اس پر حاکم بنا دے گا۔

منزلِ روحیّت

جب آپ کو خیال اور تمام نظری پر دسترس حاصل ہو جائے تو زنگوں کی سرمستیوں میں الجھنے کی بجائے اپنے خیالات کی لہروں کو آزاد چھوڑ دیں۔ جس طرف وہ محوِ پرواز ہونا چاہیئے آپ بغیر کوئی بھی دلیل یا منطق کو اسکی راہ میں رکاوٹ نہ بنائیں۔ شروع شروع میں تو یہ مشق آپ مرقبے کی ٹیکنیک کے طور پر ہی انجام دینا ہو گی، لیکن وقت کے ساتھ ساتھ آپکی لگن اور مسلسل جہد آپ میں خیال کی قوت اور پرواز ذہن کی وسعت پیدا کرتی چلی جائے گی۔ اس کے بعد آپ اپنی ان مشقوں کو دیگر طریقہ کار سے بھی انجام دے سکتے ہیں۔ آہستہ آہستہ اپنی اس ٹیکنیک سے علیحدگی اختیار کر سکتے ہیں۔

یہ تو آپ کو معلوم ہی کسی بھی کام میں مہارت حاصل کرنے کے لئے مشق ضروری ہے۔ چاہے کھیل کا میدان ہو یا سیکریشن، جس قدر آپ اس مشق کو کریں آپ میں اس

قدر قوت و مہارت آتی جائے گی۔ آپ نے یقیناً ان کھلاڑیوں کو دیکھا ہو گا جو سپر اسٹار ہونے کے سوا اپنی روزانہ مشق جاری رکھتے ہیں۔ اگر وہ اس مشق کو چھوڑ کر اپنے آپ کو صرف سپر اسٹار ہونے پر اکتفا کر لیں تو کھیل کے میدان میں کچھ عرصہ بعد گمنامی کے بھنور میں ڈوب جاتے ہیں، اس لئے کسی بھی کام میں اگر آپ مہارت حاصل کرنا چاہتے ہیں تو مشق کو مت چھوڑیئے، بلکہ اس کے ذریعہ اپنی قوت اور مہارت میں مزید اضافہ کیجئے۔ اس لئے ہم آپ کو آسان سی مشق بناتے ہیں جس سے آپ کو اپنی قوت بڑھانے میں مدد ہی نہیں ملے گی بلکہ اپنے خیال کو وہ وسعت عطا کر سکیں گے جو آپ کے مقصد کی منزل ہے۔

اس کے لئے آپ آرام سے پلنگ پر لیٹ جائیں لیکن اس بات کا خیال رہے کہ آپ کے جسم پر جو کپڑے ہوں وہ نہایت آرام دہ ہوں ــــ ڈھیلے ڈھالے اس لمحے آپ کے ذہن میں کسی بھی قسم کے معاشی مسائل اور گھریلو الجھنیں نہیں ہونی چاہئیں۔ ذہن ہر قسم کی فضولیات سے شفاف ہونا چاہیئے۔ اس کے بعد آپ اپنے ذہن کو آزاد چھوڑ دیں۔ اس میں پیدا ہونے والے کسی بھی راستے کو خود سے روکنے کی کوشش نہ کریں، نہ ہی اپنے اعصاب میں کسی بھی قسم کا کھنچاؤ پیدا ہونے دیں، اس لمحے آپ کا جسم بالکل ہلکا پھلکا ہونا چاہیئے۔

بستر پر دراز ہونے سے قبل آپ اپنے پھیپھڑوں میں آکسیجن کو گہرے گہرے سانسوں کے ذریعے جمع کریں اور پھر آہستہ آہستہ سانس کو خارج کر دیجئے۔ اس عمل کو آپ بارہا دہرائیے۔ گہرے گہرے سانس اندر کھینچئے تاکہ آپ خود کو تازہ دم محسوس کر سکیں اسکے بعد گہرے تین چار سانس اندر کی جانب

کھینچ کر بستر پر آرام سے لیٹ جائیے اور آنکھوں کو بند کر لیں۔ اس کے ساتھ ہی آپ مندرجہ بالا طریقے پر عمل کریں۔ یعنی ذہن کو ہر تفکرات، الجھنوں سے آزاد کر کے اپنے خیالات کو مکمل آزادی دیدیں۔ ممکن ہے آپ کو خیالات کی آزادی میں کچھ وقت لگ جائے۔ لیکن آپ کی توجہ اور یکسوئی کی مشق یہاں پر آپ کی پوری پوری مدد کرے گی۔

ایک دو بار کی کوشش کے بعد آپ اپنے مقصد میں کامیاب ہو جائیں گے جب آپ کے خیالات کی موجیں آنکھوں سے بہنے لگیں تو اس وقت آپ کو چاہیئے کہ کسی چیز کا تصور قائم کر کے اسے مرکز کی حیثیت دیدیں۔ مثلاً اس وقت ترکی میں سورج طلوع ہو رہا ہے۔ وہاں بڑی بڑی فلک بوس عمارتیں ہیں، سڑکوں پر گاڑیاں تیزی سے بھاگ رہی ہیں۔ یہ ترکی کا شہر استنبول ہے۔ آپ کا تصور چند ہی لمحوں میں آپ کے خیالات کا طابع ہو جائے گا اور سینکڑوں میل کا یہ فاصلہ سمٹ کر حقیقت کی چادر اوڑھ لے گا۔ اس مشق کو آپ وقفے وقفے سے دہرایئے۔ پہلے روز صرف ایک ہی تصور کو جمال دیکر اپنی ابتدا کیجئے۔ پھر آہستہ آہستہ اس میں اضافہ کرتے چلے جایئے۔ جیسا کہ ہم پہلے بھی آپ کو بتا چکے ہیں یہ آپ کی محنت اور جہد پر منحصر ہے کہ آپ اپنی مشق پر کتنا وقت دیتے ہیں اور آپ کی یکسوئی اور توجہ کس قدر آپ کے مقصد کو رہبری عطا کرتے ہیں۔

یہ بھی ممکن نہیں آپ اپنی پہلی یا دوسری کوشش میں کامیابی کی اس منزل کو سر کر لیں جس کا تصور آپ کے ذہن میں ہے، خیالات کے سفر میں رکاوٹیں

بھی ہوتی ہیں۔ آپ کے تصور کو بار بار ان رکاوٹوں سے الجھنا پڑے گا لیکن اس میں گھبرانے کی قطعی ضرورت نہیں اپنے خیالات کی طاقت سے ان گرہوں کو کھولنے کی کوشش کیجئے۔ اپنی مشق سے ان رکاوٹوں کو دور کیجئے۔ چند کوششوں کے بعد آپ یقیناً کامیاب ہو جائیں گے۔

اور پھر جوں جوں آپ روحیت کا یہ سفر طے کرتے جائیں گے، آپ کے خیالات پرواز کی قوت میں اضافہ ہوتا چلا جائے گا۔ لیکن ایک بار پھر آپ کو تاکید کر دینا ضروری ہے کہ آپ اپنے ذہن کو ہر گندگی، ہر غبار، ہر گرد سے پاک رکھ کر ہی اپنے مقصد میں کامیاب ہو سکتے ہیں۔ اگر آپ کے ذہن میں کسی بھی قسم کی گرد کا ایک باریک ذرہ بھی ہے تو پھر یہ ناممکن ہے آپ اپنے مقصد میں کامیاب ہوں۔ آپ نہ کسی سے کوئی دشمنی کو اپنے دل میں جگہ دیجئے اور نہ کوئی غلیظ قسم کے تصور کو اپنے مقصد کی دیوار بنایئے، کیونکہ یہ دیوار کبھی آپ کو دوسری جانب دیکھنے کی بصارت نہیں دے گی۔

ٹیلی پیتھی، مستقبل بینی، یا روحیت کی کوئی بھی منزل حاصل کرنے کیلئے یہ ضروری ہے کہ آپکا دل، آپکا ذہن آپکے خیالات، آپ کا گرد و پیش ہر قسم کی غلاظت، فاسد تصور سے پاک ہے۔ آپ کا ذہن آئینہ کی مانند شفاف ہو۔ دنیاوی برائیوں کو اپنے مقصد کی تکمیل میں رکاوٹ بننے دیں، یہی آپ کی کامیابی کی ضمانت ہے، ورنہ آپکی تمام محنت، تمام وقت ضائع ہونے کا امکان ہے۔ اس سے بہتر ہے انسان اتنا بڑا قدم اٹھائے نہیں۔ کسی بھی بڑے مقصد کے لئے انسان کو خود بھی اپنے وجود میں بڑا پن پیدا کرنا پڑتا ہے، ایسا نہ ممکن ہے کہ

آپ کا مقصد عظیم ہے لیکن ذہنی طور پر آپ نہایت کوتاہ ہیں کسی نے آپ کو گھور کر دیکھ لیا آپ اس کے دشمن ہو گئے، آپ موٹر سائیکل پر جا رہے ہیں اور کوئی آپ سے آگے نکل گیا تو سیخ پا ہو گئے، کسی دکان پر آپ سودا خریدنے کے لئے کھڑے ہیں دوسرا شخص آیا اس نے ہاتھ بڑھا کر آپ سے پہلے چیزیں لی اور چلتا بنا۔

کسی جگہ، تقریب وغیرہ میں آپ گئے لیکن میزبان نے آپ کو وہ پزیرائی نہیں دی جس کی آپ کو امید تھی بلکہ دوسرے احباب کو زیادہ عزت دی، آپ غصے سے تلملا اٹھے اور آپ نے سوچا میں علم روحیت حاصل کرنے کے بعد اسے ضرور مزا چکھاؤنگا، ڈانٹونگا۔ اس نے میری بے عزتی کی ہے اس سے بدلہ لوں گا _____ یا

آپ کے محلے میں کوئی لڑکی رہتی ہے ممکن ہے وہ کالج کی لڑکی ہو اور آپ کو اچھی بھی لگتی ہو ممکن ہے آپکے دل میں اس تصویر بتاں کا خاکہ رنگ آمیزش کر رہا ہو، آپکی خواہش ہو کہ کسی طرح یہ میری زندگی کی ساتھی بن جائے لیکن وہ لڑکی کسی اور لڑکے کو چاہتی ہے۔ ظاہر ہے ایسی صورت میں آپ سلگنے لگتے ہیں اور آپ کی سوچ فاسد خیالات کو جنم دینے لگتی ہے آپ اب یہ سوچ رہے ہیں ٹیلی پیتھی کا علم حاصل کرنے کے بعد اس لڑکی کو حاصل کروں گا اور اس لڑکے سے انتقام لوں گا۔

یہی آپ کی فاسد سوچ آپ کے مقاصد و امید کی کامیابی میں سب سے بڑی رکاوٹ ہے اور آپ مشق کے سوا کبھی بھی علم روحیت

کے عالم نہیں بن سکیں گے۔ بلکہ آپ کو ان خرافات کو بھولنا ہوگا، جیسے کبھی اس قسم کے واقعات آپکی زندگی میں ہوئے نہیں یا یہ معمولی واقعہ تھا۔ وہ لڑکا یقیناً مجھ سے بہتر تھا، اسی لئے لڑکی نے اسے مجھ پر ترجیح دی۔ فراخدلی سے حقیقت کو تسلیم کر کے اسے فراموش کر دینا ہی آپکی بڑائی ہے۔

اس قسم کے بے شمار واقعات انسان کی زندگی میں نمودار ہوتے رہتے ہیں، لیکن ہر واقعہ کو زندگی سے منسلک نہیں کیا جا سکتا اور پھر آپ تو ایک عظیم مقصد کو لے کر اپنی زندگی کا آغاز کر رہے ہیں، ایک ایسا علم حاصل کرنے جا رہے ہیں۔ جہاں ان معمولی واقعات کی کوئی اہمیت نہیں ہے بلکہ آپ علم روحیت سے ان دکھی انسانوں کی خدمت کریں گے جو مختلف مصائب میں پھنسے ہوئے ہیں۔

یقیناً آپ ہماری نصیحت پر عمل کریں گے اور علم روحیت کے عظیم مقصد کو اپنی زندگی کا حصہ بنا کر دنیا میں اپنا منفرد مقام بنائیں گے۔

مشق اور ریاض کسی قسم کا کیوں نہ ہو، اسے مسلسل انجام دینے سے انسان کو کامیابی ہوتی ہے، ممکن ہے آپ جس تصور کو قائم کرنے کی کوشش کر رہے ہیں۔ پہلی یا دوسری یا اس سے زیادہ بار کوشش کرنے پر قائم نہ ہو، لیکن آپ اپنے مقصد پر قائم رہیں، مسلسل کوشش سے آپ کامیاب ہو جائیں گے جیسا کہ ہم آپ کو اس سے قبل بتا چکے ہیں۔ مختلف قسم کے تصور سے آپ اپنے خیالات کی قوت بڑھانے کی کوشش کریں۔ آپ تصور کریں دور دور ایک ریگستان پھیلا ہوا ہے۔ آپ صحرائے عرب

کے ایک ویران علاقے میں موجود ہیں۔ اس تصوّر کے قائم ہوتے ہی آپ کو اپنے ہر سُو دُور دُور پھیلے ہوئے ریت کے ٹیلے نظر آئیں گے اور حدِ نگاہ ریت کا سمندر ٹھاٹھیں مارتا نظر آئے گا۔

اور تصوّر کریں۔ اس صحرا میں ایک نخلستان ہے اور وہاں ٹھنڈے پانی کا چشمہ زمین سے اُبل رہا ہے تھوڑی سی یکسانیت اور توجہ کی مشق آپ کے تصوّر کو تازگی عطا کر دے گی۔ بھرے بھرے کھجوروں کے درخت سائے کئے، اور ٹھنڈے پانی کا چشمہ، زمین کو دور تک سیراب کر رہا ہے

آپ جوں جوں اپنے خیالات کو تصوّر دیتے جائیں گے وہ حقیقت کا پیرہن پہن کر آپکی تقویت کا باعث ہوتا چلا جائے گا۔ لیکن جو پہلے تصوّر نقطے سے آپ نے آغاز کیا تھا، پھر آپ اس مرکز پر واپس آجائیں تاکہ آپ کا تصوّر پختہ ہو۔ ان مشقوں کے بعد آپ سوال کی مشقیں کریں۔ اس کے لیے یکسانیت کی اشد ضرورت ہوتی ہے۔ آپ اپنے ذہن کو کسی سوال کا تصوّر دیں۔ آپ کا خیال کس قدر ہی محوِ پرواز کیوں نہ ہو۔

لیکن ایک بات آپ نے یاد رکھنی ہے کہ جو سوال آپ کے تصوّر کے سپرد کیا گیا ہے، آپ کتنا ہی فاصلہ طے کر لیں، خیال کے رنگ کتنی ہی آپ کی راہ بدلے آپ کو اپنا سوال نہیں بھولنا اسے ہر صورت قائم رہنا چاہیئے۔ اور بار بار اس سوال کو دھرائیے اس مرکز پر آئیے۔ مسلسل کوشش آپ کو آپ کے سوال کا جواب مہیا کر دے گی۔

یہ تو آپ کو معلوم ہی ہے کسی بھی چیز، عمل کو بار بار دہرانے سے

انسان کا ذہن اس کا وجود، اس کی سوچ، اس عمل کا حصہ بن جاتے ہیں۔ اور وہ انسان اس میں غرق ہو جاتا ہے، جسے استغراق کہتے ہیں۔

آزادیٔ خیال کی مشق بھی ذہن کو ترغیب دیتی ہے۔ اسے ہدایت دینا پڑتا ہے تصوّر کو خاکہ مہیا کرنا پڑتا ہے۔

آپ بستر پر دراز ہونے کے بعد اپنے دماغ کو ہدایت دیتے ہیں آزادیٔ خیال کو تصوّر مہیا کرتے ہیں اور پھر وہ آپکی ہدایت پر عمل کرتے ہوئے آپ کے مقصد کی تکمیل کرتا ہے۔

اس باطنی بیدار کرنے کے لئے ترغیب ضروری ہے بلکہ یہ کہنا زیادہ سود مند ہے کہ یہ اہم چیز ہے، اس کے بغیر آپ کے ذہن کو کیا معلوم آپ کیا چاہتے ہیں۔ جب آپ کسی چیز کی اسے ترغیب دیتے ہیں۔ تو آپ کو تمام چیزوں سے ناطہ توڑنا پڑتا ہے، صرف اور صرف آپکے حواس آپ کی ترغیب پر توجہ دیتے ہیں اور جب آپ پر استغراق کا عالم طاری ہوتا ہے تو آپ کی کیفیت نیم غشی سی ہوتی ہے، آپ اپنے اطراف اردگرد سے بے خبر صرف اس مقصد کی تکمیل چاہتے ہیں جس کی ترغیب آپ خیال کو دے چکے ہیں۔

ترغیب کا مقصد ہے کہ کسی بھی ہدایت کو بار بار دہرانا۔ مثلاً آپ کسی بھی شخص سے یہ کہیں، بھئی تمہاری آنکھیں بہت خوبصورت ہیں، تمہاری آنکھیں بہت خوبصورت ہیں۔ چند روز بعد — آپکی مسلسل ترغیب کا اثر یہ ہوگا وہ اپنی آنکھوں پر توجہ دینے لگے گا اور وہ انہیں حقیقتاً

میں خوبصورت سمجھنے لگے گا ——————

ترغیب کی مشق میں آپ کو کافی محنت اور وقت لگے گا۔ ممکن ہے اس سلسلے میں آپ کو کافی وقت دینا پڑے لیکن مسلسل کوشش سے آپ یقیناً کامیاب ہو جائیں گے —————— جب استغراق انسیت اختیار کر لیتا ہے۔ اسے آپ مراقبے سے منسلک کر سکتے ہیں۔ کیونکہ مراقبہ یا استغراق کی کیفیت ایک ہی ہے جب آپ مراقبہ انسیت کی شکل اختیار کر لیتا ہے تو لاشعور، رموزِ کائنات کے پردے خود بخود ہٹنے لگتے ہیں، لیکن یہ اس قدر آسان نہیں۔ یہ آپکی محنت، لگن مسلسل جہد پہ منحصر ہے۔ ممکن ہے آپ اپنی اس کوشش میں جلد کامیاب ہو جائیں اور یہ بھی ممکن ہے کئی سال لگ جائیں، یہ تو آپ کے استغراق پہ ہے۔ لیکن نہ ممکن نہیں۔ آپ ٹیلی پیتھی میں ہی کامیاب نہیں ہو سکتے بلکہ مستقبل بینی اور روحیت کی بلند ترین منزل پر فائز ہو سکتے ہیں۔

جب آپ استغراق کی اس منزل میں داخل ہوں گے جہاں آپ کائنات سے پردے آپکی نگاہوں کا راستہ روکنے سے قاصر ہو جائیں گے۔ اس لمحے آپ کے لئے کائنات کی ہر چیز ایک کھلی کتاب کی طرح آپ کے سامنے ہو گی، یہی آپ کے مقصود کی تکمیل ہے۔

——————

ٹیلی پیتھی سیکھنے کے لئے آپ پر لازم ہے آپ روحیت کے اصل مقصد کو سمجھیں۔ اس کا باریک بین سے مطالعہ کریں اور خوب اچھی طرح غور و خوض کرنے کے بعد اس پر عمل کرنے کے بارے میں سوچیں۔ یہ نہیں یہاں آپ نے کتاب پڑھی اور اسے نوالہ جان کر کھانے کی کوشش شروع کر دیں ٹیلی پیتھی آپ کو جس قدر آسان نظر آ رہی ہے، یہ لوہے کے چنے ہیں جن کے لئے فولاد کے دانت ہونا ضروری ہیں۔

سب سے پہلے تو اس نفسا نفسی کے دور میں اپنے ذہن کو معاشی الجھنوں، ہوس کے دوستوں اور ذہنی تفکرات سے پاک رکھنا ہی مشکل ہے اگر آپ اپنے ذہن کو شیشے کی مانند صاف کر سکتے ہیں اور ہر برائی کو کھرچ سکتے ہیں۔ وقت کے فاصلوں کی اہمیت کو نظر انداز کر سکتے ہیں۔ زندگی کو کوئی

مقصود دے سکتے ہیں تو پھر آپ ٹیلی پیتھی کی ابتدا کیجئے۔ کیونکہ روحیت کی ایک منزل نہیں ہے۔ ہر منزل کے بعد دوسری منزل آپ کو عظیم بنانے کے لئے آپ کے سامنے کھڑی ہوگی۔ ہر نشیب و فراز، گتھیوں کو پہلے ہی سمجھ لیجئے۔ کسی بھی عظیم مقصد کے لئے انسان کو بہت کچھ کھونا ہوتا ہے اور جب تک آپ میں کھو جانے کا حوصلہ نہیں ہوگا۔ آپ کبھی اپنے ارادے کی تکمیل کو عظمت نہیں دے پائیں گے، عزم کی پختگی اوّل شرط ہے۔ دوسرا استغراقِ عمل کی _____

اگر آپ میں یہ خوبیاں ہیں یا پیدا کر سکتے ہیں تو پھر آپ پُرسکون انداز خیال کرتے ہوئے مشق شروع کیجئے لیکن ٹیلی پیتھی کی دیگر کتب کا مطالعہ بھی ضرور کیجئے۔ ہم سے کوئی نقطہ رہ گیا ہو۔ ہم بھی ایک انسان ہیں ہم سے بھی کوتاہی ہو سکتی ہے۔ اس لئے ہم آپ کو مشورہ دیتے ہیں دیگر کتب پر پھر ایک نظر ڈال لیجئے۔ ویسے تو ہم نے کوشش کی ہے "ٹیلی پیتھی" کے عمل میں کوئی سبق ایسا نہ رہ جائے جو آپ کو مشق کے دوران پریشان کا سبب بنے یا آپ کی محنت میں رکاوٹ ثابت ہو۔ ہم نے چیدہ چیدہ ٹیلی پیتھی کے تمام رموز سے آگاہی دینے کی بھرپور کوشش کی ہے۔ لیکن ایک انسان ہونے کے ناطے ہم نے مشورہ دیا ہے۔ ممکن ہے کوئی نقطہ آپ کی رہبری میں مدد دے گا استغراقِ عمل سے آپکے ذہن میں نئی نئی راہیں سجھائی دے گی آپ کی نگاہوں کے روبرو کوئی پردہ حائل نہیں رہے گا۔ کوئی دیوار آپکی آزاد خیال کی راہ میں رکاوٹ پیدا نہیں کر سکے گی۔ یہی وہ مقام ہے جب

انسان میں وہ قوت عود آتی ہے تو وہ اپنے منتشر خیالات پر قابو پانے میں کوئی مشکل محسوس نہیں کرتا۔ وہ چاہے تو ایک ثانیہ میں اپنے تمام فاسد و منفی خیالات کو ذہن سے خارج کر کے اپنے حسبِ منشا خیالات ترتیب دیتا ہے۔

جب آپ اپنے شعور اور لاشعور طابع کر چکے ہوتے ہیں اور ذہن کی لہریں آپ کی ترغیب پر عمل کرنے لگتی ہیں یقیناً اس مقام تک پہنچنے کے لئے آپکو استغراقِ عمل کی ایک طویل نشست سے گذرنا ہوگا۔ اپنے ذہن کو یکسوئی سے توجہ دینی ہوگی۔ یہ

یہ ایک صبر آزما اور دقت طلب مسئلہ ہے، لیکن آپکی محنت و ارادے کی سچائی کے سامنے ناممکن نہیں۔ جب آپ اس مقام پر پہنچ جائیں اس لمحے مراقبہ کو طول دے کر خود کو اس میں غرق کر دیں یہاں تک کہ آپ پر نیم بے ہوشی کی کیفیت طاری ہونے لگے۔ اس لمحے آپ اپنے خیال کو آزادی کے ساتھ کائنات کے رنگوں میں بکھیر دیں۔ جب رنگ سمٹ کر رخصت ہو جائیں اور ذہن کا مطلع شفاف ہو اس لمحے آپ اپنی منشاء کے مطابق اس شخص کا تصور کریں، جس سے آپ مخاطب ہونا چاہتے ہیں۔

اب آپ کو اپنی یکسوئی سے کام لینا ہے لاشعور کی پوشیدہ قوتوں کو ہدایت دیں اور اس شخص کو مخاطب کریں اور جو کچھ آپ چاہتے ہیں اسے ترغیب دیں کہ اس لمحے آپکی حسبِ مرضی عمل ہوگا۔

آپ یقیناً اپنے مقصد میں کامیاب ہوں گے۔ ٹیلی پیتھی کا یہی طریقہ ہے

اللہ حافظ

مسلم اعظمی

انگریزی

بین الاقوامی زبان، جو ہر جگہ سمجھی اور بولی جاتی ہے

READ & LEARN
INTERNATIONAL
ENGLISH

ایک بہترین کتاب
انگریزی پڑھیے اور بولنا سیکھیے

ہائی اسکول، کالج اور یونیورسٹی کے طلبا و طالبات کیلئے

خوبصورت ٹائپ میں طبع ● صفحات ۴۹۶ ● قیمت ۹۰ روپے

BY
Saider Shaheen
Roshan Ali

صابری دارالکتب قذافی مارکیٹ
اردو بازار لاہور
7320310

SHAMA BOOK AGENCY
Urdu Bazar Karachi Ph : 021-2773302